हरफ़न मौला

लेखक—

चन्द्रराज भण्डारी "विशारद"

प्रकाशक

महावीर ग्रन्थप्रकाश मन्दिर भानपुरा

प्रथम बार]   दीपावली १९८२   [मूल्य १)

प्रकाशक—
महावीर ग्रन्थप्रकाश मन्दिर
भानपुरा (होलकर-राज्य)

मुद्रक—
गणपति कृष्ण गुर्जर
श्रीलक्ष्मीनारायण प्रेस, काशी। २०६३-२५

भूमिका।

भारतवर्ष की साधारण जनता अशिक्षा के कारण इतनी अधिक पिछड़ी हुई है कि वह खाने, पीने, सोने, उठने, बैठने आदि के साधारण नियमों से भी प्रायः अपरिचित रहती है। जिसके फलस्वरूप-नियम-पूर्वक न रहने के कारण-वह अस्वस्थता और अनेक प्रकार की व्याधियों की शिकार हो रही है। इसके अतिरिक्त साधारण व्यवहारशास्त्र, आचार शास्त्र आदि विषयों में भी वह बहुत कम जानकारी रखती है। इसी अज्ञान के कारण रेलवे के तीसरे दर्जे में साधारण जनता पर जो २ अत्याचार होते हैं उन्हें देख अथवा सुन कर रोंगटे खड़े हो जाते हैं दर्शनशास्त्र, इतिहासशास्त्र और भूगोल आदि से तो वह प्रायः अपरिचित है।

यह पुस्तक इसी उद्देश्य से प्रकाशित की जा रही है कि इसको पढ़ कर भारतवर्ष की साधारण जनता इन सब विषयों के मोटे २ सिद्धान्तों से परिचित हो जाय। इसमें संक्षिप्त रूप से प्रायः इन सब बातों का समावेश कर दिया गया है। इस पुस्तक को पढ़ने से मनुष्य सब तरह के साधारण सिद्धान्तों से परिचित हो जायगा। इसमें लिखी हुई बातें समय पड़ने पर उसके बहुत काम आवेंगी।

हम यहां यह निवेदन कर देना चाहते हैं कि यह पुस्तक केवल साधारण जनता के लिए लिखी गई है। यदि कोई सज्जन इसमें गम्भीर वैज्ञानिक तत्वों को ढूंढने का प्रयत्न करेंगे, या इसमें भाषा के गाम्भीर्य की खोज करेंगे तो वे अवश्य निराश होंगे।

इस पुस्तक में कई भिन्न भिन्न लेखकों की पुस्तकों से तथा पत्र-पत्रिकाओं से सहायता ली गई है, अतः हम उन सब लेखकों के कृतज्ञ हैं।

लेखक—

विषय-सूची।

पात करते हैं तब हमें घोर निराशा के सागर में गोते लगान
पड़ता है। उनके चेहरे पर छाई हुई स्वाभाविक मुर्दनी, उनकी
लटकती हुई निर्जीव भुजाएँ, उनका झुका हुआ अस्थि पिंजर,
और उनके बदन पर छाई हुई कालिमा को देखकर आत्मा
कांप उठती है। हाय दैव! ये ही लोग भारतव र्ष को आज़ाद
करने वाली सेना के सैनिक हैं—ये ही स्वाधीन ता के युद्ध के
सुभट हैं।

इसका मूल कारण क्या है? कई मनोन ीत विद्वान इस
दुर्दशा का सारा भार हमारी राजनैतिक गुला मी पर मढ़कर
निश्चिन्त हो जाते हैं। कहते हैं कि तीन पैसे प्रतिदि न की आमदनी
वाले व्यक्तियों की यदि यह दशा हो जाय तो क्या आश्चर्य!
अवश्य हम भी हमारे मनोनीत विद्वानों के दिये हुए इस कारण
को कई अंशों में स्वीकार करते हैं। पर इसके साथ ही हम
यह भी कहेंगे कि एक मात्र इसी कारण से हम लोगों की ऐसी
शोचनीय स्थिति नहीं हो सकती। जिन लोगों को पेटभर भोजन
नहीं मिलता केवल उन्हीं की यदि ऐसी स्थिति होती तो अवश्य
यह कारण माननीय होता पर हम देखते हैं कि दोनों बार
ताजे माल, फल, फूल और पकवान खाकर, सुख शय्यापर
लेट लगाने वाले कोट्याधीशों और लक्षाधीशों की भी यही
हालत है, कोई दिन ऐसा नहीं जाता जिस दिन उनका फेमिली
डाकृर उनके यहाँ न आता हो। ऐसी हालत में कहना पड़ेगा
कि इसके गर्भ में और भी कई कारण सम्मिलित हैं।

हमारी नाक़िस राय में इस मर्ज़ के मूल कारण दो हैं।
पहला सामाजिक और दूसरा व्यक्तिगत। जो समाज आठ २
वर्ष के बालकों का विवाह करने की व्यवस्था देता है। जो
समाज आठ २ वर्ष के बालकों के साथ बार ह २ वर्ष की

कन्याओं का विवाह करने से नहीं हिचकिचाता तथा जो समाज "निपूते को स्वर्ग नहीं हो सकता" इस प्रकार की व्यवस्था देकर प्रत्येक व्यक्ति को ब्रह्मचर्य्य-खण्डन के लिये मजबूर करता है, उस समाज के सदस्य यदि ऐसी स्थिति में हों तो क्या आश्चर्य्य ?

इस स्थिति का दूसरा कारण हमारा व्यक्तिगत जीवन है। प्रकृति ने मनुष्य के लिए कई ऐसे नियम बना दिये हैं जिनका पालन गरीब और अमीर स्त्री और पुरुष सब कोई कर सकते हैं। प्रकृतिगत स्वास्थ्य के ऊपर केवल अमीरों का ही अधिकार नहीं है। उनका पालन गरीब से गरीब व्यक्ति भी कर सकता है और स्वस्थ, सुन्दर तथा सुदृढ़ रह सकता है। पर हम प्रमाद वश होकर उन नियमों की उपेक्षा करते हैं और उपेक्षा करने से जब हम बीमार होते हैं। तब उस बीमारी को दूर करने के लिए मूर्ख वैद्यों की बनाई हुई अण्ड बण्ड औषधियां खाकर सारे जीवन को बरबाद कर डालते हैं।

हम यहाँ यह बतला देना चाहते हैं कि केवल औषधियों से कभी भी उत्तम स्वास्थ्य की प्राप्ति नहीं हो सकती। झूठे हैं वे लोग जो केवल औषधियों के द्वारा मनुष्य को स्वस्थ करने का ढिंढोरा पीटते हैं ऐसे लोगों के जाल में पड़कर नित्य प्रति सैकड़ों लोग अपने जीवन को बरबादी के सांचे में डालते जा रहे हैं। औषधियां मनुष्य शरीर में से एक विकार को निकाल कर दूसरे विकार को उत्पन्न करती हैं *। अतएव जो मनुष्य अपना जीवन स्वाभाविक बनाना चाहते हैं उन्हें जहाँ

* इस विषय के विस्तृत ज्ञान के लिए होमियोपैथी के आविष्कारक डा॰ हानिमान और लूई कूने के ग्रन्थ पढ़ना चाहिए।

तक हो सके औषधियों से बचना चाहिए और
को नियमित बनाकर उत्तम स्वास्थ्य को प्राप्त कर
नीचे हम उन चन्द नियमों को लिखते हैं जि
आचरण करने से मनुष्य दीर्घायु, स्वस्थ औ
सकता है।

आरोग्य सम्बन्धी नियम

प्रातःकाल उठना

जो लोग शरीर को स्वस्थ, और मस्तिष्क को
चाहते हैं उन्हें प्रातःकाल चार बजे ब्राह्म मुहूर्त
उठने का अभ्यास डालना इस समय की वायु बहु
होती है। इस वायु के सेवन से चित्त प्रफुल्लित बुद्धि
मस्तिष्क ताजा होता है। यदि किसी को दस्त सा
हो-कब्जियत रहती हो, चित्त में प्रमाद और शरी
रहता हो तो उसे उठते ही कुल्ला करके एक गिला
छान कर पी लेना चाहिए और जल पीकर दस
फिर से लेट जाना चाहिए। इस क्रिया से अवश
आता है और चित्त प्रफुल्लित रहता है। यह कि
तया बहुत मामूली नज़र आती है पर वास्तव
की है।

मस्तिष्क सम्बंधी शिकायतें

यदि किसी को पीनस, मृगी, चित्तभ्रम तथा
प्रकार की मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें हों तो उ
प्रातःकाल चार बजे उठते ही छाना हुआ ठण्डा
की ओर से पीने का अभ्यास करे। धीरे २
... बहुत सहज हो जाती है।

बहुत सावधानी से काम लेना चाहिए। अभ्यास हुए के पश्चात् तो इस क्रिया में बड़ा आनन्द आता है। इस क्रिया की हमारे शास्त्रों में बहुत प्रशंसा की गई है। मस्तिष्क सम्बन्धी रोगों का यह अचूक इलाज है। पर यदि इसमें सावधानी से काम न लिया गया और पानी मस्तिष्क में चढ़ गया तो बहुत हानि होने की सम्भावना है।

स्नान

जागृत होने के कुछ मिनटों के पश्चात् मनुष्य को शौच्यादि कर्म से निवृत्त होना चाहिए। हमारी राय में तो यदि यह निवृति जङ्गल या मैदान में की जाय तो बहुत अच्छा है। पर जो लोग ऐसा नहीं कर सकते उन्हें चाहिए कि वे अपने घर की टट्टियों को हवादार, साफ़, और सुथरी रक्खें, हर चौथे दिन उनमें फिनाइल डलवा दिया करें। टट्टियें गन्दी रहने से कई प्रकार के कीटाणु उनमें उत्पन्न हो जाते हैं जिससे कई बीमारियाँ फैलती हैं।

शौच्यादि से निवृत होकर दतुवन करे। दतुवन नीम या बबुल की लकड़ी से करना चाहिए। उसके पश्चात् यदि सुभीता हो तो तिल्लो के तेल का मालिश भी करवा लिया जाय। मालिश करने से शरीर का चमड़ा नर्म और चिकना हो जाता है। शरीर हलका और फुर्तीला रहता है, दाद, खाज, खुजली, फोड़े, फुन्सी, आदि चर्म रोग नहीं होते। पर जिन लोगों को प्रति दिन मालिश का सुभीता न हो उन्हें चाहिए कि वे आठ दिन में मालिश कर लिया करें।

मालिश के पश्चात् स्नान करना आवश्यक है। जो नित्य मालिश करवावें उन्हें गर्म जल से साबुन लगाकर स्नान करना चाहिए। शेष लोगों को ठण्डे ताज़े पानी से स्नान करना चाहिए

तक हो सके औषधियों से बचना चाहिए औ
को नियमित बनाकर उत्तम स्वास्थ्य को प्राप्त व
नीचे हम उन चन्द नियमों को लिखते हैं
आचरण करने से मनुष्य दीर्घायु, स्वस्थ
सकता है।

आरोग्य सम्बन्धी नियम

प्रातःकाल उठना

जो लोग शरीर को स्वस्थ, और मस्तिष्क व
चाहते हैं उन्हें प्रातःकाल चार बजे ब्राह्म मू
उठने का अभ्यास डालना इस समय की वायु
होती है। इस वायु के सेवन से चित्त प्रफुल्लित
मस्तिष्क ताजा होता है। यदि किसी को दस्त
हो-कब्जियत रहती हो, चित्त में प्रमाद और श
रहता हो तो उसे उठते ही कुल्ला करके एक गि
छान कर पी लेना चाहिए और जल पीकर
फिर से लेट जाना चाहिए। इस क्रिया से अ
आता है और चित्त प्रफुल्लित रहता है। यह
तया बहुत मामूली नज़र आती है पर वास्त
की है।

मस्तिष्क सम्बधी शिकायतें

यदि किसी को पीनस, मृगी, चित्तभ्रम त
प्रकार की मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें हों तो
प्रातःकाल चार बजे उठते ही छाना हुआ ठण्ड
नाक की ओर से पीने का अभ्यास करे। धीरे
से यह क्रिया बहुत सहज हो जाती है। यह

बहुत सावधानी से काम लेना चाहिए। अभ्यास हुए के पश्चात् तो इस क्रिया में बड़ा आनन्द आता है। इस क्रिया की हमारे शास्त्रों में बहुत प्रशंसा की गई है। मस्तिष्क सम्बन्धी रोगों का यह अचूक इलाज है। पर यदि इसमें सावधानी से काम न लिया गया और पानी मस्तिष्क में चढ़ गया तो बहुत हानि होने की सम्भावना है।

स्नान

जागृत होने के कुछ मिनटों के पश्चात् मनुष्य को शौच्यादि कर्म से निवृत होना चाहिए। हमारी राय में तो यदि यह निवृति जङ्गल या मैदान में की जाय तो बहुत अच्छा है। पर जो लोग ऐसा नहीं कर सकते उन्हें चाहिए कि वे अपने घर की टट्टियों को हवादार, साफ़, और सुथरी रक्खें, हर चौथे दिन उनमें फिनाइल डलवा दिया करें। टट्टियें गन्दी रहने से कई प्रकार के कीटाणु उनमें उत्पन्न हो जाते हैं जिससे कई बीमारियाँ फैलती हैं।

शौच्यादि से निवृत होकर दतुयन करे। दतुयन नीम या बबुल की लकड़ी से करना चाहिए। उसके पश्चात् यदि सुभीता हो तो तिल्लो के तेल का मालिश भी करवा लिया जाय। मालिश करने से शरीर का चमड़ा नर्म और चिकना हो जाता है। शरीर हलका और फुर्तीला रहता है, दाद, खाज, खुजली, फोड़े, फुन्सी, आदि चर्म रोग नहीं होते। पर जिन लोगों को प्रति दिन मालिश का सुभीता न हो उन्हें चाहिए कि वे आठ दिन में मालिश कर लिया करें।

मालिश के पश्चात् स्नान करना आवश्यक है। जो नित्य मालिश करवावें उन्हें गर्म जल से साबुन लगाकर स्नान करना चाहिए। शेर लोगों को ठण्डे ताज़े पानी से स्नान करना चाहिए

बहुत सावधानी से काम लेना चाहिए। अभ्यास हुए के पश्चात् तो इस क्रिया में बड़ा आनन्द आता है। इस क्रिया की हमारे शास्त्रों में बहुत प्रशंसा की गई है। मस्तिष्क सम्बन्धी रोगों का यह अचूक इलाज है। पर यदि इसमें सावधानी से काम न लिया गया और पानी मस्तिष्क में चढ़ गया तो बहुत हानि होने की सम्भावना है।

स्नान

जागृत होने के कुछ मिनटों के पश्चात् मनुष्य को शौच्यादि कर्म से निवृत होना चाहिए। हमारी राय में तो यदि यह निवृति जङ्गल या मैदान में की जाय तो बहुत अच्छा है। पर जो लोग ऐसा नहीं कर सकते उन्हें चाहिए कि वे अपने घर की टट्टियों को हवादार, साफ़, और सुथरा रक्खें, हर चौथे दिन उनमें फिनाइल डलवा दिया करें। टट्टियें गन्दी रहने से कई प्रकार के कीटाणु उनमें उत्पन्न हो जाते हैं जिससे कई बीमारियाँ फैलती हैं।

शौच्यादि से निवृत होकर दतुवन करे। दतुवन नीम या बबुल की लकड़ी से करना चाहिए। उसके पश्चात् यदि सुभीता हो तो तिल्ली के तेल का मालिश भी करवा लिया जाय। मालिश करने से शरीर का चमड़ा नर्म और चिकना हो जाता है। शरीर हलका और फुर्तीला रहता है, दाद, खाज, खुजली, फोड़े, फुन्सी, आदि चर्म रोग नहीं होते। पर जिन लोगों को प्रति दिन मालिश का सुभीता न हो उन्हें चाहिए कि वे आठ दिन में मालिश कर लिया करें।

मालिश के पश्चात् स्नान करना आवश्यक है। जो नित्य मालिश करवावें उन्हें गर्म जल से साबुन लगाकर स्नान करना चाहिए। शेष लोगों को ठण्डे ताजे पानी से स्नान करना चाहिए

तक हो सके औषधियों से बचना चाहिए और अपने जीवन को नियमित बनाकर उत्तम स्वास्थ्य को प्राप्त करना चाहिए।

नीचे हम उन चन्द नियमों को लिखते हैं जिनके अनुसार आचरण करने से मनुष्य दीर्घायु, स्वस्थ और सुदृढ़ हो सकता है।

आरोग्य सम्बन्धी नियम

प्रातःकाल उठना

जो लोग शरीर को स्वस्थ, और मस्तिष्क को ताजा रखना चाहते हैं उन्हें प्रातःकाल चार बजे ब्राह्म मुहूर्त के अन्तर्गत उठने का अभ्यास डालना इस समय की वायु बहुत स्वस्थकर होती है। इस वायु के सेवन से चित्त प्रफुल्लित बुद्धि तीव्र और मस्तिष्क ताजा होता है। यदि किसी को दस्त साफ़ नहीं होता हो-कब्जियत रहती हो, चित्त में प्रमाद और शरीर में भारीपन रहता हो तो उसे उठते ही कुल्ला करके एक गिलास ठण्डा जल छान कर पी लेना चाहिए और जल पीकर दस पांच मिनिट फिर से लेट जाना चाहिए। इस क्रिया से अवश्य दस्त साफ़ आता है और चित्त प्रफुल्लित रहता है। यह क्रिया साधारणतया बहुत मामूली नज़र आती है पर वास्तव में बहुत मार्के की है।

मस्तिष्क सम्बधी शिकायतें

यदि किसी को पीनस, मृगी, चित्तभ्रम तथा और भी इसी प्रकार की मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें हों तो उसे चाहिए कि प्रातःकाल चार बजे उठते ही छाना हुआ ठण्डा जल लेकर उसे नाक की ओर से पीने का अभ्यास करे। धीरे२ अभ्यास बढ़ाने से यह क्रिया बहुत सहज हो जाती है। पहले इस क्रिया में

बहुत सावधानी से काम लेना चाहिए। अभ्यास हुए के पश्चात् तो इस क्रिया में बड़ा आनन्द आता है। इस क्रिया की हमारे शास्त्रों में बहुत प्रशंसा की गई है। मस्तिष्क सम्बन्धी रोगों का यह अचूक इलाज है। पर यदि इसमें सावधानी से काम न लिया गया और पानी मस्तिष्क में चढ़ गया तो बहुत हानि होने की सम्भावना है।

स्नान

जागृत होने के कुछ मिनटों के पश्चात् मनुष्य को शौच्यादि कर्म से निवृत होना चाहिए। हमारी राय में तो यदि यह निवृति जङ्गल या मैदान में की जाय तो बहुत अच्छा है। पर जो लोग ऐसा नहीं कर सकते उन्हें चाहिए कि वे अपने घर की टट्टियों को हवादार, साफ़, और सुथरी रक्खें, हर चौथे दिन उनमें फिनाइल डलवा दिया करें। टट्टियें गन्दी रहने से कई प्रकार के कीटाणु उनमें उत्पन्न हो जाते हैं जिससे कई बीमारियाँ फैलती हैं।

शौच्यादि से निवृत होकर दतुवन करे। दतुवन नीम या बबुल की लकड़ी से करना चाहिए। उसके पश्चात् यदि सुभीता हो तो तिल्ली के तेल का मालिश भी करवा लिया जाय। मालिश करने से शरीर का चमड़ा नर्म और चिकना हो जाता है। शरीर हलका और फुर्तीला रहता है, दाद, खाज, खुजली, फोड़े, फुन्सी, आदि चर्म रोग नहीं होते। पर जिन लोगों को प्रति दिन मालिश का सुभीता न हो उन्हें चाहिए कि वे आठ दिन में मालिश कर लिया करें।

मालिश के पश्चात् स्नान करना आवश्यक है। जो नित्य मालिश करवावें उन्हें गर्म जल से साबुन लगाकर स्नान करना चाहिए। शेष लोगों को ठण्डे ताज़े पानी से स्नान करना चाहिए

तक हो सके औषधियों से बचना चाहिए और अपने जीवन को नियमित बनाकर उत्तम स्वास्थ्य को प्राप्त करना चाहिए।

नीचे हम उन चन्द नियमों को लिखते हैं जिनके अनुसार आचरण करने से मनुष्य दीर्घायु, स्वस्थ और सुदृढ़ हो सकता है।

आरोग्य सम्बन्धी नियम

प्रातःकाल उठना

जो लोग शरीर को स्वस्थ, और मस्तिष्क को ताजा रखना चाहते हैं उन्हें प्रातःकाल चार बजे ब्राह्म मुहूर्त के अन्तर्गत उठने का अभ्यास डालना इस समय की वायु बहुत स्वास्थ्यकर होती है। इस वायु के सेवन से चित्त प्रफुल्लित बुद्धि तीक्ष्ण और मस्तिष्क ताजा होता है। यदि किसी को दस्त साफ नहीं होता हो-कब्जियत रहती हो, चित्त में प्रमाद और शरीर में भारीपन रहता हो तो उसे उठते ही कुल्ला करके एक गिलास ठण्डा जल छान कर पी लेना चाहिए और जल पीकर दस पांच मिनिट फिर से लेट जाना चाहिए। इस क्रिया से अवश्य दस्त साफ आता है और चित्त प्रफुल्लित रहता है। यह क्रिया साधारण-तथा बहुत मामूली नज़र आती है पर वास्तव में बहुत मार्के की है।

मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें

यदि किसी को पीनस, मृगी, चित्तभ्रम तथा और भी इसी प्रकार की मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें हों तो उसे चाहिए कि प्रातःकाल चार बजे उठते ही छना हुआ ठण्डा जल लेकर उसे नाक की ओर से पीने का अभ्यास करे। धीरे २ अभ्यास बढ़ाने से यह क्रिया बहुत सहज हो जाती है। पहले इस क्रिया में

बहुत सावधानी से काम लेना चाहिए। अभ्यास हुए के पश्चात् तो इस क्रिया में बड़ा आनन्द आता है। इस क्रिया की हमारे शास्त्रों में बहुत प्रशंसा की गई है। मस्तिष्क सम्बन्धी रोगों का यह अचूक इलाज है। पर यदि इसमें सावधानी से काम न लिया गया और पानी मस्तिष्क में चढ़ गया तो बहुत हानि होने की सम्भावना है।

स्नान

जागृत होने के कुछ मिनटों के पश्चात् मनुष्य को शौच्यादि धर्म से निवृत होना चाहिए। हमारी राय में तो यदि यह निवृति जङ्गल या मैदान में की जाय तो बहुत अच्छा है। पर जो लोग ऐसा नहीं कर सकते उन्हें चाहिए कि वे अपने घर की टट्टियों को हवादार, साफ़, और सुथरी रक्खें, हर चौथे दिन उनमें फिनाइल डलवा दिया करें। टट्टियें गन्दी रहने से कई प्रकार के कीटाणु उनमें उत्पन्न हो जाते हैं जिससे कई बीमारियाँ फैलती हैं।

शौच्यादि से निवृत होकर दतुवन करे। दतुवन नीम या बबुल की लकड़ी से करना चाहिए। उसके पश्चात् यदि सुभीता हो तो तिल्ली के तेल का मालिश भी करवा लिया जाय। मालिश करने से शरीर का चमड़ा नर्म और चिकना हो जाता है। शरीर हलका और फुर्तीला रहता है, दाद, खाज, खुजली, फोड़े, फुन्सी, आदि चर्म रोग नहीं होते। पर जिन लोगों को प्रति दिन मालिश का सुभीता न हो उन्हें चाहिए कि वे आठ दिन में मालिश कर लिया करें।

मालिश के पश्चात् स्नान करना आवश्यक है। जो नित्य मालिश करवावें उन्हें गर्म जल से साबुन लगाकर स्नान करना चाहिए। शेष लोगों को ठण्डे ताज़े पानी से स्नान करना चाहिए

तक हो सके औषधियों से बचना चाहिए और अपने जीवन को नियमित बनाकर उत्तम स्वास्थ्य को प्राप्त करना चाहिए।

नीचे हम उन चन्द नियमों को लिखते हैं जिनके अनुसार आचरण करने से मनुष्य दीर्घायु, स्वस्थ और सुदृढ़ हो सकता है।

आरोग्य सम्बन्धी नियम

प्रातःकाल उठना

जो लोग शरीर को स्वस्थ, और मस्तिष्क को ताजा रखना चाहते हैं उन्हें प्रातःकाल चार बजे ब्राह्म मुहूर्त के अन्तर्गत उठने का अभ्यास डालना इस समय की वायु बहुत स्वस्थकर होती है। इस वायु के सेवन से चित्त प्रफुल्लित बुद्धि तीक्ष्ण और मस्तिष्क ताजा होता है। यदि किसी को दस्त साफ नहीं होता हो-कब्जियत रहती हो, चित्त में प्रमाद और शरीर में भारीपन रहता हो तो उसे उठते ही कुल्ला करके एक गिलास ठण्ढा जल छान कर पी लेना चाहिए और जल पीकर दस पांच मिनिट फिर से लेट जाना चाहिए। इस क्रिया से अवश्य दस्त साफ आता है और चित्त प्रफुल्लित रहता है। यह क्रिया साधारणतया बहुत मामूली नज़र आती है पर वास्तव में बहुत मार्के की है।

मस्तिष्क सम्बधी शिकायतें

यदि किसी को पीनस, मृगी, चित्तभ्रम तथा और भी इसी प्रकार की मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें हों तो उसें चाहिए कि प्रातःकाल चार बजे उठते ही छाना हुआ ठण्डा जल लेकर उसे नाक की ओर से पीने का अभ्यास करे। धीरे २ अभ्यास बढ़ाने से यह क्रिया बहुत सहज हो जाती है। पहले इस क्रिया में

बहुत सावधानी से काम लेना चाहिए। अभ्यास हुए के पश्चात् तो इस क्रिया में बड़ा आनन्द आता है। इस क्रिया की हमारे शास्त्रों में बहुत प्रशंसा की गई है। मस्तिष्क सम्बन्धी रोगों का यह अचूक इलाज है। पर यदि इसमें सावधानी से काम न लिया गया और पानी मस्तिष्क में चढ़ गया तो बहुत हानि होने की सम्भावना है।

स्नान

जागृत होने के कुछ मिनटों के पश्चात् मनुष्य को शौच्यादि कर्म से निवृत होना चाहिए। हमारी राय में तो यदि यह निवृति जङ्गल या मैदान में की जाय तो बहुत अच्छा है। पर जो लोग ऐसा नहीं कर सकते उन्हें चाहिए कि वे अपने घर की टट्टियों को हवादार, साफ़, और सुथरी रक्खें, हर चौथे दिन उनमें फिनाइल डलवा दिया करें। टट्टियें गन्दी रहने से कई प्रकार के कीटाणु उनमें उत्पन्न हो जाते हैं जिससे कई बीमारियाँ फैलती हैं।

शौच्यादि से निवृत होकर दतुवन करे। दतुवन नीम या बबुल की लकड़ी से करना चाहिए। उसके पश्चात् यदि सुभीता हो तो तिल्ली के तेल का मालिश भी करवा लिया जाय। मालिश करने से शरीर का चमड़ा नर्म और चिकना हो जाता है। शरीर हलका और फुर्तीला रहता है, दाद, खाज, खुजली, फोड़े, फुन्सी, आदि चर्म रोग नहीं होते। पर जिन लोगों को प्रति दिन मालिश का सुभीता न हो उन्हें चाहिए कि वे आठ दिन में मालिश कर लिया करें।

मालिश के पश्चात् स्नान करना आवश्यक है। जो नित्य मालिश करवावें उन्हें गर्म जल से साबुन लगाकर स्नान करना चाहिए। शेष लोगों को ठण्डे ताज़े पानी से स्नान करना चाहिए

मालिश वालों को भी सिर तो ठण्डे जल ही से धोना चाहिए। स्नान करना मनुष्य शरीर की शुद्धि के लिए एक अत्यन्त आवश्यक बात है। इससे पसीने और मैल से रुके हुए शरीर के छिद्र खुल जाते हैं—रक्त की गति स्वाभाविक हो जाती है। सुस्ती और प्रमाद का नाश होकर चित्त प्रसन्न होता है। जठराग्नि प्रबल होती है। और सब रोगों का नाश होता है। हमारे प्राचीन ऋषियों ने तो इसीलिए स्नान को धार्मिक जीवन का एक अङ्ग बना दिया है।

स्मरण रहे स्नान प्रातःकाल के समय ही में करना चाहिए। सर्दियों में गर्म जल से और गर्मियों में ठण्डे जल से करना चाहिए। गर्मियों में सन्ध्याकाल को भी स्नान करना आवश्यक है।

कसरत करके, भोजन करके, स्त्री प्रसङ्ग करके, जुलाब लेकर स्नान करना हानिकारक है।

वायु सेवन और व्यायाम

स्नानादि कार्य्य से मनुष्य को पाँच साढ़े पाँच बजे तक निवृत हो जाना चाहिए। उसके पश्चात् उसे शहर से बाहर शुद्ध वायु में वायु सेवन के निमित्त जाना आवश्यक है। वायु सेवन के लिए कम से कम दो मील और अधिक से अधिक चार मील तक जाना चाहिए। जिस स्थान पर सूर्य्य बाहर निकले वहीं पर बैठ कर उसे अपनी छाती पर सूर्य्य की किरणें लेना चाहिए। प्रातःकालीन सूर्य की किरणें अमृत के तुल्य होतीं हैं। इन किरणों से मनुष्य की कई प्रकार की व्याधियाँ नष्ट होती हैं। सूर्य्य स्नान की प्रशंसा आधुनिक यूरोपीय विद्वानों ने मुक्तकण्ठ से की है। इसी समय पद्मासन लगा कर, सूर्य

के सम्मुख मुख करके सन्ध्यादि कर्म से निवृत्त हो जाना चाहिए। इस कर्म से मनुष्य को प्राणायाम का अभ्यास करना चाहिए। प्राणायाम श्वासावरोध को कहते हैं। धीरे २ खूब लम्बा श्वास खींचना चाहिए। खींच करके जबतक सुभीते पूर्वक उसे रोक सके तब तक उसे रोकना चाहिए। और उसके पश्चात् धीरे २ उसे छोड़ना चाहिए। यह श्वास रोकने की शक्ति जितनी ही अधिक बढ़ेगी उससे उतना ही अधिक लाभ होगा। जिस स्थान पर जाकर एलोपैथी, होमियोपैथी, हाइड्रो-पैथी आदि सभी पैथियाँ अपने पंजे टेक देती हैं उन भयङ्कर स्थानों में यह क्रिया अपना चमत्कार दिखाती है। यह प्राणा-याम ही योग का मूलतत्व है।

इस क्रिया के पश्चात् मनुष्य को व्यायाम करना चाहिए। शरीर को बलिष्ठ और सुडौल बनाए रखने के लिए व्यायाम से बढ़कर कोई दूसरी वस्तु नहीं है। यों तो बल वीर्य्य बढ़ाने वाले पृथ्वी पर कई पदार्थ हैं परन्तु बिना व्यायाम के इन पदार्थों के खाने से कुछ भी लाभ नहीं होता। कई अमीर लोग बढ़िया २ तर चीज़ें खाते हैं पर व्यायाम नहीं करते, जिसके परिणाम स्वरूप उनका शरीर बेढङ्गा और थल थल हो जाता है। ताकत का उनमें लेश भी नहीं रहता। यहाँ तक की उनको आबदस्त लेना और दस कदम चलना भी कठिन हो जाता है। साधारण रूखा भोजन करने वाला मनुष्य भी उनको पछाड़ सकता है इससे सिद्ध होता है कि उत्तम भोजन उसी हालत में लाभ दायक हो सकता है जिस हालत में उसके साथ व्यायाम भी किया जाय।

व्यायाम करने से शरीर में हलकापन, सुन्दरता और सुडौलता आती है। जठराग्नि प्रबल होती है, चेहरा गुलाब

के फूल की तरह खिलउठता है। स्थूलता या वेढङ्गापन नाश करने में इसके बराबर दूसरा कोई उपाय नहीं। नियमित कसरत करने वाला मनुष्य कई भयङ्कर व्याधियों के पञ्जे से मुक्त रहता है।

व्यायाम कई प्रकार का होता है। दण्ड, बैठक, मुद्गर घुमाना, दौड़ना आदि कई व्यायाम ऐसे हैं जिनको प्रायः सब लोग जानते हैं। इस प्रकार के अभ्यासों से शरीर पुष्ट और सुन्दर होता है पर आज कल कुछ व्यायाम इस प्रकार के निकले हैं जो शारीरिक और मानसिक दोनों ही प्रकार की स्वस्थता प्रदान करने वाले हैं। इस प्रकार के अभ्यासों से हमने थोड़े ही दिनों में आश्चर्य जनक लाभ होते हुए देखा है। ये व्यायाम प्राणायाम से बहुत अधिक सम्बन्ध रखते हैं। हमने ऊपर भी प्राणायाम का उल्लेख किया है। यहाँ हम पाठकों के लाभा इस विषय पर कुछ विस्तृत विवेचन करना चाहते हैं हमार विश्वास है कि यदि पाठक इस प्रकार की पद्धतियों में किसी को अजमावेंगे, तो आश्चर्यकारक चमत्कार उ प्रतीत होगा।

प्राणायाम और शारीरिक उन्नति

हमारे कई पाठक इस बात से अनभिज्ञ होंगे कि प्राण याम से हमारे शरीर और मन पर क्या प्रभाव पड़ता है उनके समाधान के लिये हम यहाँ पर इसका कुछ स्पष्टीकर कर देते हैं।

हमारे सारे शरीर में सैकड़ों सूक्ष्म नलियाँ बनी हुई हैं कुछ नलियाँ तो ऐसी हैं जो शरीर से हृदय में आती हैं नलियों को "शिरा" कहते हैं। और कई नलियाँ ऐ

। हृदय से शरीर में जाती हैं इन नलियों को "धमनी"
ं हैं।

हमारे शरीर में दिनरात रक्त प्रवाहित होता रहता है।
प्रकार के व्यापारों में उसका प्रयोग होता है जिससे यह
द्ध और मैला हो जाता है । उसके अन्तर्गत प्राणप्रद
xygen) वायुका जो तत्व रहता है वह नष्ट होकर उसमें
र्ली वायु (Corbonicl aed) का समावेश हो जाता है। शिरा
की नलियें इसी अशुद्ध रक्त को शुद्ध करने के लिए हृदय
गाती हैं। हृदय उसे हमारे फेफड़े (Lunges) में भेजता है
से फेफड़े का काम शुरू होता है फेफड़ा स्पंज की भाँति
रत्य छोटे २ घटकों (Cells) का समुदाय है। एक वैज्ञानिक
हिसाब लगाया है कि यदि एक शरीर के घटकों (कणों) को
т दिया जाय तो उनका विस्तार १४००० वर्ग फीट होगा।
रण एक मांस पेशी की चाल से खुलते और बन्द होते हैं।
ये कण खुलते हैं तब एक ओर से इनमें हृदय द्वारा फेंका
ा अशुद्धरक्त गिर जाता है और दूसरी ओर से हमारे श्वास
ारा खींची हुई शुद्ध वायु वहाँ पहुँच जाती है। वह वायु
रक्त की तमाम अशुद्धता को खींच कर वापिस श्वास के
ा बाहर निकल जाती है। फेफड़ा उस शुद्ध रक्त को
रस हृदय के पास भेजता है और हृदय धमनी नलियों के
ा उसे सारे शरीर में प्रवाहित करता है।

इस बात को कहते तो बहुत देर लगती है पर क्रिया होती
त शीघ्र है। एक बार अशुद्ध रक्त जाता है और वहाँ से
र होकर आता है। इस क्रिया से हृदय में एक बार धड़कन
पन्न होती है। एक मिनिट में साधारणतया ऐसी ७२ धड़-
ं होती हैं।

अब हमें देखना यह है कि प्राणायाम इस क्रिया पर क्य असर डालता है। हम जो साधारण श्वास लेते हैं वह पू श्वास नहीं होता, यह श्वास फेफड़े के सब भागों तक नह पहुँचता। जिससे फेफड़े के कुछ भाग शुद्ध नहीं होने से उन ट्यूबरक्यूलोसिस नामक महाभयंकर क्षयरोग के कीटाए उत्पन्न हो जाते हैं। और इसी प्रकार खाँसी, निमोनिया, श्वा आदि फेफड़ों से सम्बन्ध रखने वाली भयङ्कर बीमारियाँ उत्प हो जाती हैं। इन्हीं व्याधियों से बचकर शरीर को स्वस्थ रखने के लिए प्राणायाम की आवश्यकता है। प्राणायाम में मनुष्य पहले लम्बा श्वास तेज हवा की तरह शरीर में पहुँचाता है और अपनी तेजी के कारण फेफड़े के एक २ कण में पहुँचा जाता है। उसके पश्चात् कुछ समय तक वह रोका जाता है जिससे उसे रक्त की अशुद्धता चूसने का अवसर भी मिलत है। और फिर धीरे २ छोड़ दिया जाता है। इस प्रकार सारे शरीर की शुद्धि हो जाती है।

कुछ उपयोगी नियम

प्राणायाम सम्बन्धी व्यायाम करने वाले व्यक्ति के लिए निम्नलिखित नियमों का पालन अत्यन्त आवश्यक है—

(१) अभ्यासी का मन शुद्ध होना चाहिए। उसका भोजन और जल भी शुद्ध और सात्विक होना चाहिए। चित्त की शुद्धि के बिना मानसिक स्वास्थ्यता नहीं रह सकती।

(२) अभ्यासी यदि पूर्ण ब्रह्मचर्य से रह सके तब तो कहना ही क्या। पर यदि उसकी ऐसी स्थिति न हो तो उसे काम वासना पर संयम अवश्य रखना चाहिये।

(३) श्वास नाक से लेना चाहिए। मुँह से श्वास लेने रं

यङ्कर हानि होती है। इसके अतिरिक्त गहरी श्वास लेने की आदत डालना चाहिए।

(४) किसी भी ऋतु में मुँह ढक कर नहीं सोना चाहिए।

(५) व्यायाम शुद्ध और साफ स्थान में करना चाहिए।

(६) भोजन भूख से कुछ कम करना चाहिए।

अभ्यास

प्राणायाम के अन्तर्गत तीन क्रियाएँ प्रधान होती हैं। (१) श्वास का बाहर निकलना, इसे "रेचक" कहते हैं। (२) श्वास का भीतर खींचना इसको "पूरक" कहते हैं। (३) श्वास को रोकना इसे स्तंभ कहते हैं।

(१) सीधे खड़े हो जाओ। धीरे २ अपने दोनों हाथों को सामने की ओर लम्बा करो, इस क्रिया के साथ २ श्वास खींचते जाओ, इसके पश्चात् दोनों हाथों को धीरे २ ऊपर उठाओ, जब पूरे ऊपर उठ जाँय तब उनको मिलाकर श्वास उतनी देर तक रोको जितनी देर तक सुभीते से रोक सको। उसके पश्चात् दोनों हाथ को कन्धे की ओर सीधे करके धीरे धीरे नीचे उतारो। इस क्रिया के साथ श्वास धीरे धीरे छोड़ो। (संक्षेप) श्वास लेने के साथ साथ दोनों हाथों को लम्बे और ऊँचे करो। श्वास जहाँ तक हो रोको वहाँ तक हाथों को ऊँचा रहने दो। उसके पश्चात् श्वास को छोड़ते समय हाथों को भी धीरे २ छोड़ दो। इस व्यायाम से भुजाएँ, और फेफड़े मजबूत होते हैं।

(२) यदि खाली भुजाओं को पुष्ट करना हो तो, सीधे खड़े होकर, हाथों को सामने की ओर लम्बा करो। इसके पश्चात् मुट्ठियें बाँध कर उन मुट्ठियों को धीरे धीरे कन्धों की

ओर ले जाओ। जब तक मुट्ठी कन्धे से न मिल जाय तब तक भरपूर श्वास खींच लो। उसके पश्चात् उसे रोको जब श्वास छोड़ने लगो तब मुट्ठियाँ भी धीरे २ वापस ले आओ।

(३) यदि सारे शरीर को स्वस्थ बनाने की इच्छा हो तो यह अभ्यास करो। बायें घुटने पर दाहिना पैर रक्खो और दाहिने घुटने पर बाँया पैर। पश्चात् दाहिने हाथ को पीठ की ओर लेजाकर उससे दाहिने पैर का अंगूठा और बाँयें हाथ को पीठ की ओर लेजा कर उससे बाँयें पैर का अंगूठा पकड़ो। यदि हाथ अंगूठे तक न पहुँचे तो जहाँ तक पहुँचे वहीं तक रक्खो। और बदन को तान दो। फिर छाती, गला और मस्तक एक सीध में करलो, उसके पश्चात् धीरे २ नाक की श्वास बाहर निकाल दो, और वहाँ तक दूसरी श्वास मत खींचो जहाँ तक की तुम बिना खींचे सुभीते से रह सको। उसके पश्चात् श्वास खींचना शुरु करो। धीरे २ भरपूर श्वास खींच लो, फिर उसे भीतर ही रोक दो जहाँ तक सुभीते से रुक सके रोको। फिर उसे धीरे २ छोड़ दो। इस प्रकार बार २ वहाँ तक करो जहाँ तक तुम्हारे शरीर के रोंगटे न खड़े हो जाँय।

इस प्रकार के और भी कई अभ्यास हैं जिनका वर्णन प्राणायाम सम्बन्धी किसी पुस्तक में देखना चाहिए। हमने इस प्रकार के अभ्यासों से चमत्कारिक फ़ायदा होते हुए देखा है। बड़ी २ व्याधियां इस प्रकार के अभ्यासों से दूर हो जाती हैं। हम साधारण व्यायाम से इनको बहुत अधिक महत्वपूर्ण समझते हैं।

भोजन

मनुष्य जीवन के लिए भोजन बहुत ही अनिवार्य्य वस्तु है। वायु और जल के पश्चात् शायद यही ऐसी वस्तु

जिसके बिना मनुष्य जीवन धारण नहीं कर सकता। जीवन धारण करने के लिए सभी मनुष्य भोजन करते हैं पर भोजन सम्बन्धी नियमों के न जानने के कारण वे अनीयमित रूप से बिना चबाये प्रकृति विरुद्ध कच्चा पक्का भोजन कर लेते हैं। जिसके फल स्वरूप असमय में ही बीमार पड़कर मृत्यु के शिकार होते हैं। या जवानी में ही बुढ़ापे का मज़ा लूटते हैं।

भोजन सादा ही क्यों न हो वह यदि नियम से किया जायगा तो अवश्य मनुष्य को दीर्घायु और स्वस्थ रक्खेगा। पर यदि बढ़िया भोजन भी वे नियम से खाया जायगा तो मनुष्य को अस्वस्थ बना डालेगा।

भोजन हमारे पेट में जब जाता है तब हमारी जठराग्नि के द्वारा उसका रस बनता है। रस बनने के पश्चात् उसमें जो मैल होता है वह तो मलद्वार की ओर से निकल जाता है। शेष रस से रक्त बनता है। रक्त से मांस बनता है, मांस से चरबी बनती है। चरबी से हड्डी, हड्डी से मज्जा और मज्जा से वीर्य्य बनता है। इन्हीं सातों धातुओं पर हमारा जीवन स्थिर है, और इन धातुओं का मूल आहार है इसलिए आहार ही हमारे जीवन का मूल है। नीचे लिखे नियमों पर ध्यान देकर भोजन करने से बड़ा लाभ होता है—

(१) हमेशा खूब भूख लगने पर और पहले खाये हुए भोजन के पच जाने पर भोजन करना चाहिए। अजीर्ण में, या बिना भूख लगे भोजन करने से जठराग्नि मन्द हो जाती है। और रक्त पित्तादि दुष्ट रोग हो जाते हैं।

(२) भूख लगने पर भोजन न करने से भी अग्नि मन्द हो जाती है। और भूख में भोजन न करके जल ही से पेट भर लेने से जलोदर रोग हो जाता है।

ओर ले जाओ। जब तक मुट्ठी कन्धे से न मि
भरपूर श्वास खींच लो। उसके पश्चात् उसे
छोड़ने लगो तब मुट्ठियाँ भी धीरे २ वापस ले

(३) यदि सारे शरीर को स्वस्थ बना
तो यह अभ्यास करो। बांयें घुटने पर दा
और दाहिने घुटने पर बाँया पैर। पश्च
को पीठ की ओर लेजाकर उससे दाहिने
और बाँयें हाथ को पीठ की ओर लेजा कर उ
अंगूठा पकड़ो। यदि हाथ अंगूठे तक न पहुँ
पहुँचे वहीं तक रक्खो। और बदन को तान
गला और मस्तक एक सीध में करलो, उसके
नाक की श्वास बाहर निकाल दो, और वहाँ
मत खींचो जहाँ तक की तुम बिना खींचे सुग
उसके पश्चात् श्वास खींचना शुरु करो। धीरे
खींच लो, फिर उसे भीतर ही रोक दो जहाँ त
सके रोको। फिर उसे धीरे २ छोड़ दो। इस
तक करो जहाँ तक तुम्हारे शरीर के रोंगटे न

इस प्रकार के और भी कई अभ्यास
प्राणायाम सम्बन्धी किसी पुस्तक में देखना
इस प्रकार के अभ्यासों से चमत्कारिक फ
देखा है। बड़ी २ व्याधियां इस प्रकार के अ
जाती हैं। हम साधारण व्यायाम से इनके
महत्वपूर्ण समझते हैं।

भोजन

मनुष्य भोजन बहुत ही
है। वायु और ५ शायद यह

जिसके बिना मनुष्य जीवन धारण नहीं कर सकता। जीवन धारण करने के लिए सभी मनुष्य भोजन करते हैं पर भोजन सम्बन्धी नियमों के न जानने के कारण वे अनीयमित रूप से बिना चबाये प्रकृति विरुद्ध कच्चा पक्का भोजन कर लेते हैं। जिसके फलस्वरूप असमय में ही बीमार पड़कर मृत्यु के शिकार होते हैं। या जवानी में ही बुढ़ापे का मज़ा लूटते हैं।

भोजन सादा ही क्यों न हो वह यदि नियम से किया जायगा तो अवश्य मनुष्य को दीर्घायु और स्वस्थ रक्खेगा। पर यदि बढ़िया भोजन भी बे नियम से खाया जायगा तो मनुष्य को अस्वस्थ बना डालेगा।

भोजन हमारे पेट में जब जाता है तब हमारी जठराग्नि के द्वारा उसका रस बनता है। रस बनने के पश्चात् उसमें जो मैल होता है वह तो मलद्वार की ओर से निकल जाता है। शेष रस से रक्त बनता है। रक्त से मांस बनता है, मांस से चरबी बनती है। चरबी से हड्डी, हड्डी से मज्जा और मज्जा से वीर्य्य बनता है। इन्हीं सातों धातुओं पर हमारा जीवन स्थिर है, और इन धातुओं का मूल आहार है इसलिए आहार ही हमारे जीवन का मूल है। नीचे लिखे नियमों पर ध्यान देकर भोजन करने से बड़ा लाभ होता है—

(१) हमेशा खूब भूख लगने पर और पहले खाये हुए भोजन के पच जाने पर भोजन करना चाहिए। अजीर्ण में, या बिना भूख लगे भोजन करने से जठराग्नि मन्द हो जाती है। और रक्त पित्तादि दुष्ट रोग हो जाते हैं।

(२) भूख लगने पर भोजन न करने से भी अग्नि मन्द हो जाती है। और भूख में भोजन न करके जल ही से पेट भर लेने से जलोदर रोग हो जाता है।

ओर ले जाओ। जब तक मुट्ठी कन्धे से न मिल जाय तब तक भरपूर श्वास खींच लो। उसके पश्चात् उसे रोको जब श्वास छोड़ने लगो तब मुट्ठियाँ भी धीरे २ वापस ले आओ।

(३) यदि सारे शरीर को स्वस्थ बनाने की इच्छा हो तो यह अभ्यास करो। बांयें घुटने पर दाहिना पैर रक्खो और दाहिने घुटने पर बाँया पैर। पश्चात् दाहिने हाथ को पीठ की ओर लेजाकर उससे दाहिने पैर का अंगूठा और बाँयें हाथ को पीठ की ओर लेजा कर उससे बाँयें पैर का अंगूठा पकड़ो। यदि हाथ अंगूठे तक न पहुँचे तो जहाँ तक पहुँचे वहीं तक रक्खो। और बदन को तान दो। फिर छाती, गला और मस्तक एक सीध में करलो, उसके पश्चात् धीरे २ नाक की श्वास बाहर निकाल दो, और वहाँ तक दूसरी श्वास मत खींचो जहाँ तक की तुम बिना खींचे सुभीते से रह सको। उसके पश्चात् श्वास खींचना शुरू करो। धीरे २ भरपूर श्वास खींच लो, फिर उसे भीतर ही रोक दो जहाँ तक सुभीते से रुक सके रोको। फिर उसे धीरे २ छोड़ दो। इसप्रकार बार २ वहाँ तक करो जहाँ तक तुम्हारे शरीर के रोंगटे न खड़े हो जाँय।

इस प्रकार के और भी कई अभ्यास हैं जिनका वर्णन प्राणायाम सम्बन्धी किसी पुस्तक में देखना चाहिए। हमने इस प्रकार के अभ्यासों से चमत्कारिक फ़ायदा होते हुए देखा है। बड़ी २ व्याधियां इस प्रकार के अभ्यासों से दूर हो जाती हैं। हम साधारण व्यायाम से इनको बहुत अधिक महत्वपूर्ण समझते हैं।

भोजन

मनुष्य जीवन के लिए भोजन बहुत ही अनिवार्य वस्तु है। वायु और जल के पश्चात् शायद यही ऐसी वस्तु है

जिसके बिना मनुष्य जीवन धारण नहीं कर सकता। जीवन धारण करने के लिए सभी मनुष्य भोजन करते हैं पर भोजन सम्बन्धी नियमों के न जानने के कारण वे अनीयमित रूप से बिना चबाये प्रकृति विरुद्ध कच्चा पका भोजन कर लेते हैं। जिसके फलस्वरूप असमय में ही बीमार पड़कर मृत्यु के शिकार होते हैं। या जवानी में ही बुढ़ापे का मज़ा लूटते हैं।

भोजन सादा ही क्यों न हो वह यदि नियम से किया जायगा तो अवश्य मनुष्य को दीर्घायु और स्वस्थ रक्खेगा। पर यदि बढ़िया भोजन भी वे नियम से खाया जायगा तो मनुष्य को अस्वस्थ बना डालेगा।

भोजन हमारे पेट में जब जाता है तब हमारी जठराग्नि के द्वारा उसका रस बनता है। रस बनने के पश्चात् उसमें जो मैल होता है वह तो मलद्वार की ओर से निकल जाता है। शेष रस से रक्त बनता है। रक्त से मांस बनता है, मांस से चरबी बनती है। चरबी से हड्डी, हड्डी से मज्जा और मज्जा से वीर्य्य बनता है। इन्हीं सातों धातुओं पर हमारा जीवन स्थिर है, और इन धातुओं का मूल आहार है इसलिए आहार ही हमारे जीवन का मूल है। नीचे लिखे नियमों पर ध्यान देकर भोजन करने से बड़ा लाभ होता है—

(१) हमेशा खूब भूख लगने पर और पहले खाये हुए भोजन के पच जाने पर भोजन करना चाहिए। अजीर्ण में, या बिना भूख लगे भोजन करने से जठराग्नि मन्द हो जाती है। और रक्त पित्तादि दुष्ट रोग हो जाते हैं।

(२) भूख लगने पर भोजन न करने से भी अग्नि मन्द हो जाती है। और भूख में भोजन न करके जल ही से पेट भर लेने से जलोदर रोग हो जाता है।

ओर ले जाओ। जब तक मुट्ठी कन्धे से न मिल जाय तब तक भरपूर श्वास खींच लो। उसके पश्चात् उसे रोको जब श्वास छोड़ने लगो तब मुट्ठियाँ भी धीरे २ वापस ले आओ।

(३) यदि सारे शरीर को स्वस्थ बनाने की इच्छा है तो यह अभ्यास करो। बाँयें घुटने पर दाहिना पैर रक्खो और दाहिने घुटने पर बाँया पैर। पश्चात् दाहिने हाथ को पीठ की ओर लेजाकर उससे दाहिने पैर का अंगूठा और बाँयें हाथ को पीठ की ओर लेजा कर उससे बाँयें पैर का अंगूठा पकड़ो। यदि हाथ अंगूठे तक न पहुँचे तो जहाँ तक पहुँचे वहीं तक रक्खो। और बदन को तान दो। फिर छाती, गला और मस्तक एक सीध में करलो, उसके पश्चात् धीरे २ नाक की श्वास बाहर निकाल दो, और वहाँ तक दूसरी श्वास मत खींचो जहाँ तक की तुम बिना खींचे सुभीते से रह सको। उसके पश्चात् श्वास खींचना शुरु करो। धीरे २ भरपूर श्वास खींच लो, फिर उसे भीतर ही रोक दो जहाँ तक सुभीते से रुक सके रोको। फिर उसे धीरे २ छोड़ दो। इसप्रकार बार २ वहाँ तक करो जहाँ तक तुम्हारे शरीर के रोंगटे न खड़े हो जाँय।

इस प्रकार के और भी कई अभ्यास हैं जिनका वर्णन प्राणायाम सम्बन्धी किसी पुस्तक में देखना चाहिए। हमने इस प्रकार के अभ्यासों से चमत्कारिक फ़ायदा होते हुए देखा है। बड़ी २ व्याधियां इस प्रकार के अभ्यासों से दूर हो जाती हैं। हम साधारण व्यायाम से इनको बहुत अधिक महत्वपूर्ण समझते हैं।

भोजन

मनुष्य जीवन के लिए भोजन बहुत ही अनिवार्य्य वस्तु है। वायु और जल के पश्चात् शायद यही ऐसी वस्तु है

जिसके विना मनुष्य जीवन धारण नहीं कर सकता। जीवन धारण करने के लिए सभी मनुष्य भोजन करते हैं पर भोजन सम्बन्धी नियमों के न जानने के कारण वे अनीयमित रूप से विना चबाये प्रकृति विरुद्ध कच्चा पक्का भोजन कर लेते हैं। जिसके फलस्वरूप असमय में ही बीमार पड़कर मृत्यु के शिकार होते हैं। या जवानी में ही बुढ़ापे का मज़ा लूटते हैं।

भोजन सादा ही क्यों न हो वह यदि नियम से किया जायगा तो अवश्य मनुष्य को दीर्घायु और स्वस्थ रक्खेगा। पर यदि बढ़िया भोजन भी बे नियम से खाया जायगा तो मनुष्य को अस्वस्थ बना डालेगा।

भोजन हमारे पेट में जब जाता है तब हमारी जठराग्नि के द्वारा उसका रस बनता है। रस बनने के पश्चात् उसमें जो मैल होता है वह तो मलद्वार की ओर से निकल जाता है। शेष रस से रक्त बनता है। रक्त से मांस बनता है, मांस से चरबी बनती है। चरबी से हड्डी, हड्डी से मज्जा और मज्जा से वीर्य्य बनता है। इन्हीं सातों धातुओं पर हमारा जीवन स्थिर है, और इन धातुओं का मूल आहार है इसलिए आहार ही हमारे जीवन का मूल है। नीचे लिखे नियमों पर ध्यान देकर भोजन करने से बड़ा लाभ होता है—

(१) हमेशा खूब भूख लगने पर और पहले खाये हुए भोजन के पच जाने पर भोजन करना चाहिए। अजीर्ण में, या विना भूख लगे भोजन करने से जठराग्नि मन्द हो जाती है। और रक्त पित्तादि दुष्ट रोग हो जाते हैं।

(२) भूख लगने पर भोजन न करने से भी अग्नि मन्द हो जाती है। और भूख में भोजन न करके जल ही से पेट भर लेने से जलोदर रोग हो जाता है।

(३) भोजन चाहे कितना ही सादा क्यों न हो पर साफ़ और हलका होना चाहिए। घृणित, बासी, सड़ा, गला, कच्चा जला हुआ और संयोग विरुद्ध भोजन करने से स्वास्थ्य का नाश होता है।

(४) भोजन बनाने वाला रसोइयाँ (चाहे पुरुष हो चाहे स्त्री) साफ़ और सुन्दर संस्कारों वाला होना चाहिए। स्नान किये बिना उसे भोजन न बनाना चाहिए। भोजन के पदार्थ बर्तन, और रसोई घर भी शुद्ध, साफ़ और सुथरे होना चाहिए इन सब बातों का स्वास्थ्य पर बड़ा असर पड़ता है।

(५) हमेशा भूख से कुछ कम खाना चाहिए। जिससे खाया हुआ सुभीते से हजम हो जाय।

(६) शाक, तरकारी में बहुत अधिक चटपटे मसाले न डालना, खास कर मिरची बहुत कम डालना चाहिए। ज्यादा मिरची बड़ा नुकसान करती है।

(७) भोजन को खूब चबा २ कर खाना चाहिए। कम चबाया हुआ भोजन बहुत नुकसान करता है।

(८) भोजन के पहले पानी पीने से कमजोरी और पीछे पानी पीने से बेढङ्गी मुटाई आती है हाँ भोजन के बीच २ में थोड़ा २ शीतल जल पीने से रसायनिक क्रिया अच्छी होती है।

(९) भोजन किये के पश्चात् उसका कुछ अंश दांतों में रह जाता है उसे साफ करके खूब कुल्ले कर लेना चाहिए।

(१०) भोजन करके दौड़ना, परिश्रम करना, व्यायाम करना, नींद लेना आदि बातें बड़ी हानिकारक हैं। अतः उस समय इन बातों से बचना चाहिए। भोजन करते ही या तो धीरे २ टहलना चाहिए या पन्द्रह मिनट तक आराम कुर्सी पर बैठ कर आराम करना चाहिए।

(११) जहाँ तक हो सके रात को भोजन करने से बचना चाहिए। क्योंकि एक तो उस समय भोजन के कच्चे पक्के की, शुद्ध, अशुद्ध की परीक्षा नहीं होती। दूसरे उस समय कई छोटे बड़े जन्तु इधर उधर उड़ते रहते हैं उनके भोजन में गिर जाने से भोजन अरुचि कर और अस्वस्थकर हो जाता है।

जल

मनुष्य शरीर के लिए भोजन की अपेक्षा भी जल अधिक आवश्यकीय पदार्थ है। भोजन के बिना मनुष्य फिर भी कुछ दिन निकाल सकता है। पर जलके बिना अधिक दिन जीना कठिन हो जाता है। बदन में खून हमेशा चक्कर लगाता रहता है। इस क्रिया से वह गाढ़ा होता है जल उसीमें मिलकर उसे स्वाभाविक बना देता है। इसलिए हमें बहुत शुद्ध हलका और साफ जल पीना चाहिए। नहीं तो हम अवश्य बीमार हो जाएँगे।

जल सम्बंधी नियम

(१) पानी हमेशा मोटे कपड़े में छान कर पीओ। छान करके पानी पीने वाले बहुत सी बीमारियों से बच जाते हैं। खास कर "नारू" (बाला) तो उन्हें निकलता ही नहीं।

(२) जब प्यास लगे तब साफ और शीतल जल थोड़ा २ करके पीना चाहिए। जहाँ तक हो सके गहरे कुएँ का जल पीना चाहिए। बरसाती नदियों का गन्दा जल कभी नहीं पीना चाहिए। फिर चाहे वह जल गंगा, यमुना या अन्य किसी भी नदी का क्यों न हो।

(३) दूर से आने पर, पसीने में, परिश्रम करके, चिकने पदार्थ खाकर जल न पीना चाहिए।

(४) अगर सफर में तरह २ के जल पीने
तो उस जल का अवगुण दूर करने के लिए का
चाहिए। जिसे परहेज़ न हो उसे बिलकुल
शहद का इस्तेमाल करना चाहिए। इससे प
नहीं लगता।

वायु

जल से भी वायु शरीर के लिए अधिक
इसके बिना मनुष्य दिन की कौन कहे पाव घड़ी
सकता। वायु सम्बन्धी नियम हम पहले लिख चु
के कुछ थोड़े से नियम हम यहाँ लिख देते हैं। व
का होता है। पर मनुष्य जीवन के लिए तीन प्रका
अधिक उपयोगी है। ऑक्सिजन, नाइट्रोजन औ
एसिड। हम जो श्वास लेते हैं उसमें साधारणत
ऑक्सिजन, ७४ भाग नाइट्रोजन और १ भाग कार्ब
रहता है। खास करके "ऑक्सिजन" ही हमारा
है। नाइट्रोजन और कार्बोलिक प्राणघातक है। प
ऑक्सिजन इतना तेज है कि बिना नाइट्रोजन क
उसकी तेजी को बर्दाश्त नहीं कर सकते। इसी लि
हमारे लिए ऐसी व्यवस्था की है।

अस्तु! हमें ऐसे मकान में रहना चाहिए जो
से खुला हो, जहाँ पर शुद्ध वायु आज़ादी के सा
कोई परवाह नहीं फिर वह मकान फूस ही का
राजमहल भी यदि चारों ओर से बन्द हो, उसमें
प्रबन्ध न हो, तथा उसमें सूर्य्य की धूप न आती हो त
काम का नहीं। मकान के आस पास खराब वायु द

पैदा करने वाली गन्दगी न होना चाहिए। रात को किसी भी झाड़ के नीचे सोना हानिकारक है क्योंकि झाड़ उस समय नाइट्रोजन वायु छोड़ते हैं।

निद्रा

वायु, जल और भोजन ही की तरह हमारे जीवन के लिए निद्रा भी उपयोगी है। निद्रा का वेग रोकने से, सुस्ती, सिर दर्द और जंभाई वगैरह आने लगती है। यदि कुछ दिनों तक बराबर हम सोवें तो अवश्य हमारी तन्दुरुस्ती खराब हो जायगी। हम प्रत्यक्ष देखते हैं कि नाटक कम्पनियों में प्रतिदिन जगने वाले लोग बहुत ही कम अवस्था में अस्वस्थ हो जाते हैं।

सारे दिन के परिश्रम से थका हुआ मनुष्य कुछ समय तक आराम की निद्रा ले ले तो वह फिर से नवीन और ताजा हो जाता है। उसमें फिर से नया जीवन और नया उत्साह आजाता है। इसलिए उत्तम स्वास्थ्य चाहने वाले मनुष्यों को निद्रा के समय में हमेशा निद्रा लेना ही चाहिए।

निद्रा सम्बंधी नियम

(१) प्रत्येक मनुष्य को रात को दस बजे सोकर सवेरे चार बजे उठ जाना चाहिए। यह समय निद्रा के लिये सब से अच्छा है।

(२) रात को जागना और दिन को सोना हानि कारक है। इससे मनुष्य के तमोगुण की वृद्धि होती है और झट बीमार पड़ जाता है। हां, यदि गर्मी के मौसम में घण्टा दो घण्टा दिन में सो लिया जाय तो कोई नुकसान नहीं।

(३) बारह वर्ष तक के लड़कों को नौ घण्टे और जवानों को छः घण्टे सोना चाहिए।

(४) अगर सफर में तरह २ के जल पीने का अवसर आवे ' उस जल का अवगुण दूर करने के लिए कच्चा प्याज खाना ाहिए। जिसे परहेज़ न हो उसे बिलकुल सूक्ष्म मात्रा में ह का इस्तेमाल करना चाहिए। इससे कहीं का पानी हीं लगता।

वायु

जल से भी वायु शरीर के लिए अधिक आवश्यक है। सके बिना मनुष्य दिन की कौन कहे पाव घड़ी भी नहीं जी कता। वायु सम्बन्धी नियम हम पहले लिख चुके हैं। बाकी कुछ थोड़े से नियम हम यहाँ लिख देते हैं। वायु कई प्रकार ' होता है। पर मनुष्य जीवन के लिए तीन प्रकार का वायु ही धिक उपयोगी है। ऑक्सिसजन, नाइट्रोजन और कार्बोलिक सेड। हम जो श्वास लेते हैं उसमें साधारणतया २५ भाग क्सिसजन, ७४ भाग नाइट्रोजन और १ भाग कार्बोलिक एसिड ता है। खास करके "ऑक्सिसजन" ही हमारा प्राण रक्षक । नाइट्रोजन और कार्बोलिक प्राणघातक है। पर निखालिस क्सिसजन इतना तेज है कि बिना नाइट्रोजन के मेल के हम सकी तेजी को बर्दाश्त नहीं कर सकते। इसी लिए प्रकृति ने मारे लिए ऐसी व्यवस्था की है।

अस्तु! हमें ऐसे मकान में रहना चाहिए जो चारों ओर खुला हो, जहाँ पर शुद्ध वायु आज़ादी के साथ आ सके। ई परवाह नहीं फिर वह मकान फूस ही का क्यों न हो। महल भी यदि चारों ओर से बन्द हो, उसमें सफाई का न्ध न हो, तथा उसमें सूर्य्य की धूप न आती हो तो वह किसी म का नहीं। मकान के आस पास खराब वायु और दुर्गन्ध

पैदा करने वाली गन्दगी न होना चाहिए। रात को किसी भी झाड़ के नीचे सोना हानिकारक है क्योंकि झाड़ उस समय नाइट्रोजन वायु छोड़ते हैं।

निद्रा

वायु, जल और भोजन ही की तरह हमारे जीवन के लिए निद्रा भी उपयोगी है। निद्रा का वेग रोकने से, सुस्ती, सिर दर्द और जंभाई वगैरह आने लगती है। यदि कुछ दिनों तक बराबर हम सोवें तो अवश्य हमारी तन्दुरुस्ती खराब हो जायगी। हम प्रत्यक्ष देखते हैं कि नाटक कम्पनियों में प्रतिदिन जगने वाले लोग बहुत ही कम अवस्था में अस्वस्थ हो जाते हैं।

सारे दिन के परिश्रम से थका हुआ मनुष्य कुछ समय तक आराम की निद्रा ले ले तो वह फिर से नवीन और ताजा हो जाता है। उसमें फिर से नया जीवन और नया उत्साह आजाता है। इसलिए उत्तम स्वास्थ्य चाहने वाले मनुष्यों को निद्रा के समय में हमेंशा निद्रा लेना ही चाहिए।

निद्रा सम्बंधी नियम

(१) प्रत्येक मनुष्य को रात को दस बजे सोकर सवेरे चार बजे उठ जाना चाहिए। यह समय निद्रा के लिये सब से अच्छा है।

(२) रात को जागना और दिन को सोना हानि कारक है। इससे मनुष्य के तमोगुण की वृद्धि होती है और झट बीमार पड़ जाता है। हां, यदि गर्मी के मौसम में घण्टा दो घण्टा दिन में सो लिया जाय तो कोई नुकसान नहीं।

(३) बारह वर्ष तक के लड़कों को नौ घण्टे और जवानों को छः घण्टे सोना चाहिए।

(४) अगर सफर में तरह २ के जल पीने का अवसर आवे तो उस जल का अवगुण दूर करने के लिए कच्चा प्याज खाना चाहिए। जिसे परहेज़ न हो उसे बिलकुल सूक्ष्म मात्रा में भङ्ग का इस्तेमाल करना चाहिए। इससे कहीं का पानी नहीं लगता।

वायु

जल से भी वायु शरीर के लिए अधिक आवश्यक है। इसके बिना मनुष्य दिन की कौन कहे पाव घड़ी भी नहीं जी सकता। वायु सम्बन्धी नियम हम पहले लिख चुके हैं। बाकी के कुछ थोड़े से नियम हम यहाँ लिख देते हैं। वायु कई प्रकार का होता है। पर मनुष्य जीवन के लिए तीन प्रकार का वायु ही अधिक उपयोगी है। ऑक्सिजन, नाइट्रोजन और कार्बोलिक एसिड। हम जो श्वास लेते हैं उसमें साधारणतया २५ भाग ऑक्सिजन, ७४ भाग नाइट्रोजन और १ भाग कार्बोलिक एसिड रहता है। खास करके "ऑक्सिजन" ही हमारा प्राण रक्षक है। नाइट्रोजन और कार्बोलिक प्राणघातक हैं। पर निखालिस ऑक्सिजन इतना तेज है कि बिना नाइट्रोजन के मेल के हम उसकी तेजी को बर्दाश्त नहीं कर सकते। इसी लिए प्रकृति ने हमारे लिए ऐसी व्यवस्था की है।

अस्तु! हमें ऐसे मकान में रहना चाहिए जो चारों ओर से खुला हो, जहाँ पर शुद्ध वायु आज़ादी के साथ आ सके। कोई परवाह नहीं फिर वह मकान फूस ही का क्यों न हो। राजमहल भी यदि चारों ओर से बन्द हो, उसमें सफाई का प्रबन्ध न हो, तथा उसमें सूर्य्य की धूप न आती हो तो वह किसी काम का नहीं। मकान के आस पास खराब वायु और दुर्गन्ध

पैदा करने वाली गन्दगी न होना चाहिए। रात को किसी भी झाड़ के नीचे सोना हानिकारक है क्योंकि झाड़ उस समय नाइट्रोजन वायु छोड़ते हैं।

निद्रा

वायु, जल और भोजन ही की तरह हमारे जीवन के लिए निद्रा भी उपयोगी है। निद्रा का वेग रोकने से, सुस्ती, सिर दर्द और जंभाई वगैरह आने लगती है। यदि कुछ दिनों तक बराबर हम सोवें तो अवश्य हमारी तन्दुरुस्ती खराब हो जायगी। हम प्रत्यक्ष देखते हैं कि नाटक कम्पनियों में प्रतिदिन जगने वाले लोग बहुत ही कम अवस्था में अस्वस्थ हो जाते हैं।

सारे दिन के परिश्रम से थका हुआ मनुष्य कुछ समय तक आराम की निद्रा ले लें तो वह फिर से नवीन और ताजा हो जाता है। उसमें फिर से नया जीवन और नया उत्साह आजाता है। इसलिए उत्तम स्वास्थ्य चाहने वाले मनुष्यों को निद्रा के समय में हमेंशा निद्रा लेना ही चाहिए।

निद्रा सम्बंधी नियम

(१) प्रत्येक मनुष्य को रात को दस बजे सोकर सवेरे चार बजे उठ जाना चाहिए। यह समय निद्रा के लिये सब से अच्छा है।

(२) रात को जागना और दिन को सोना हानि कारक है। इससे मनुष्य के तमोगुण की वृद्धि होती है और भट बीमार पड़ जाता है। हां, यदि गर्मी के मौसम में घण्टा दो घण्टा दिन में सो लिया जाय तो कोई नुकसान नहीं।

(३) बारह वर्ष तक के लड़कों को नौ घण्टे और जवानों को छः घण्टे सोना चाहिए।

हो रहा है। इस पद्धति में सर्जरी (चीर फाड़) की कला बहुत उत्तम है।

होमियो पैथी

इसके मूल आविष्कर्ता प्रसिद्ध जर्मन डाक्टर "हानिमन" है। इतने कम समय में जितना प्रचार इस पैथी का हुआ उतना शायद ही किसी पद्धति का हुआ हो। वास्तव में यह है भी बड़ी चमत्कारिक। इसे हिन्दी शब्दों में कहें तो "साधर्म्य चिकित्सा" कह सकते हैं। हानिमन साहब का कथन है कि लोग बीमारियों पर उनसे विपरीत क्रियाएँ दे २ कर रोगी की प्रकृति को बिगाड़ डालते हैं। आपका कथन है कि कोई भी औषधि अपनी अधिक मात्रा में मनुष्य शरीर पर जो उपद्रव करती है अत्यन्त सूक्ष्म मात्रा में वह उसी उपद्रव को आराम करती है। जैसे "व्हेरेट्रम एलबम" अधिक मात्रा में खाने से मनुष्य को हैजे के समान दस्त और कै होने लग जाती है अतः यदि उसे सूक्ष्म मात्रा में दिया जायगा तो अवश्य यह हैजे को आराम कर देगा इत्यादि।

इसी प्रकार लूई कूने की हाइड्रोपैथी (जल चिकित्सा) शुलर की बाँयो कैमिक, क्रूमोपैथी (रंग चिकित्सा) आदि कई पैथियाँ प्रचलित हैं जिन सब का वर्णन इस नावि[illegible]स पुस्तक में असम्भव है।

कुछ भयंकर रोग और उनकी चिकित्सा

ज्वर

दुनियाँ भर के तमाम रोगों में ज्वर सबसे प्रधान रोग है। यह ज्वर कई प्रकार का होता है। इसकी चिकित्सा बहुत

और अठारह दिन तक नमक केवल रोटी में खाय,
, गुड़, तेल आदि बिलकुल छोड़ दे। इस औषधि से
: से भयङ्कर खुजली आराम हो जाती है। आजमूदा है।

प्रदर

ह रोग स्त्रियों को होता है। पुरुषों के प्रमेह ही की तरह
ग भी है। इसमें स्त्रियों के योनि द्वार से कई तरह का
बहता है। लाल रंग का पानी बहता है उसे रक्त प्रदर
हैं। सफेद रङ्ग, का पानी बहता है उसे श्वेत प्रदर कहते
यह कई प्रकार का होता है। यह रोग मिथ्या आहार-
र, भ्रष्टकल्पनाएं आदि बातों से उत्पन्न होता है। इस
में स्त्री दिन प्रति दिन अधिकाधिक दुर्बल होती जाती है।
: टूटता है, अङ्गों में वेदना होती है और शूल कीसी पीड़ा
हैं।

(१) इस रोग के अन्दर होमियों पैथी की "ओहारेस्टा"
क औषधि अत्यन्त फायदा करती है।

(२) दो तोले अशोक वृक्ष की छाल लेकर उसे कूटलो।
किसी मिट्टी की हाण्डी में उसे पाव भर पानी के साथ
। दो। जब छटांक भर रह जाय तब उतार लो और उसमें
। पाव दूध डालकर उसे फिर चढ़ादो, जब सब पानी
कर केवल दूध रह जाय तब उतार लो। ठण्डा होने पर
ा दो। इस प्रकार इक्कीस दिन तक पिलाने से बहुत लाभ
ा है।

विप चिकित्सा

सांप, बिच्छू, गोहरा, मक्खी, बर्र आदि जन्तु बड़े भयङ्कर
। हैं। विशेष कर सांप तो बहुत ही भयंकर होता है।

हो रहा है। इस पद्धति में सर्जरी (चीर फाड़) की कला बहुत उत्तम है।

होमियो पैथी

इसके मूल आविष्कर्ता प्रसिद्ध जर्मन डाक्टर "हानिमन" हैं। इतने कम समय में जितना प्रचार इस पैथी का हुआ उतना शायद ही किसी पद्धति का हुआ हो। वास्तव में यह है भी बड़ी चमत्कारिक। इसे हिन्दी शब्दों में कहें तो "साधर्म्य चिकित्सा" कह सकते हैं। हानिमन साहब का कथन है कि लोग बीमारियों पर उनसे विपरीत दवायें दे २ कर रोगी की प्रकृति को बिगाड़ डालते हैं। आपका कथन है कि कोई भी औषधि अपनी अधिक मात्रा में मनुष्य शरीर पर जो उपद्रव करती है अत्यन्त सूक्ष्म मात्रा में वह उसी उपद्रव को आराम करती है। जैसे "व्हेरेट्रम एलबम" अधिक मात्रा में खाने से मनुष्य को हैजे के समान दस्त और कै होने लग जाती है अतः यदि उसे सूक्ष्म मात्रा में लिया जायगा तो अवश्य वह हैजे को आराम कर देगा इत्यादि।

इसी प्रकार लूई कूने की हाइड्रोपैथी (जल चिकित्सा) शुलर की बाँयो कैमिक, क्रूमोपैथी (रंग चिकित्सा) आदि कई पैथियाँ प्रचलित हैं जिन सब का वर्णन इस नाकिस पुस्तक में असम्भव है।

कुछ भयंकर रोग और उनकी चिकित्सा

ज्वर

दुनियाँ भर के तमाम रोगों में ज्वर सबसे प्रधान रोग है। यह ज्वर कई प्रकार का होता है। इसकी चिकित्सा बहुत

पिये। और अठारह दिन तक नमक केवल रोटी में खाय, खटाई, गुड़, तेल आदि बिलकुल छोड़ दे। इस औषधि से भयङ्कर से भयङ्कर खुजली आराम हो जाती है। आजमूदा है।

प्रदर

यह रोग स्त्रियों को होता है। पुरुषों के प्रमेह ही की तरह यह रोग भी है। इसमें स्त्रियों के योनि द्वार से कई तरह का पानी बहता है। लाल रंग का पानी बहता है उसे रक्त प्रदर कहते हैं। सफेद रङ्ग, का पानी बहता है उसे श्वेत प्रदर कहते हैं। यह कई प्रकार का होता है। यह रोग मिथ्या आहार-विहार, अप्रकल्पनाएं आदि बातों से उत्पन्न होता है। इस रोग में स्त्री दिन प्रति दिन अधिकाधिक दुर्बल होती जाती है। शरीर टूटता है, अङ्गों में वेदना होती है और शूल कीसी पीड़ा होती है।

(१) इस रोग के अन्दर होमियो पैथी की "ओह्लाटेस्टा" नामक औषधि अत्यन्त फायदा करती है।

(२) दो तोले अशोक वृक्ष की छाल लेकर उसे कूटलो। फिर किसी मिट्टी की हाण्डी में उसे पाव भर पानी के साथ जोश दो। जब छटांक भर रह जाय तब उतार लो और उसमें आध पाव दूध डालकर उसे फिर चढ़ादो, जब सब पानी जलकर केवल दूध रह जाय तब उतार लो। ठण्ढा होने पर पिला दो। इस प्रकार इक्कीस दिन तक पिलाने से बहुत लाभ होता है।

विष चिकित्सा

सांप, बिच्छू, गोहरा, मक्खी, धर्र आदि जन्तु बड़े भयङ्कर होते हैं। विशेष कर सांप तो बहुत ही भयंकर होता है।

बिच्छु आदि विषैले जन्तुओं का काटा हुआ प्राणी तो फिर भी कोशिश करने से बच सकता है। पर सर्प के काटे हुए प्राणी की बचने की बहुत ही कम आशा रहती है। इसका विष बड़ा भयंकर होता है। सर्प कई प्रकार के होते हैं। और उनका प्रभाव भी भिन्न २ होता है। पर यहाँ स्थानाभाव के कारण हम उन सब बातों को न बतलाते हुए कुछ उपाय ऐसे बतलाते हैं जिनसे सब प्रकार के सर्पों के जहर में लाभ होगा।

सर्प विष-चिकित्सा

सर्प के काटने की पहचान—(१) यदि किसी को सर्प ने काटा हो तो आप उसे कडुवे नीम के पत्ते चबाइये। यदि उसे नीम के पत्ते कड़वे न लगें तो समझिये कि इसे अवश्य सर्प ने काटा है।

(२) उपरोक्त रीति से नमक खिला कर भी आप पहचान कर सकते हैं। यदि नमक, खारा (तीता) न लगे तो उसे भी काटा हुआ ही समझिये।

यदि आपको मालूम हो जाय कि सर्प ने काटा है तो फौरन निम्नांकित उपाय कीजिये।

(१) सांप के काटे हुए स्थान से कुछ ऊपर एक बंधन बांध दीजिए जिससे कि विष ऊपर न चढ़ सके। बल्कि लगातार एक के ऊपर एक इस प्रकार दो तीन बंधन बाँध देंगे तो और भी ठीक होगा जिससे खून का दौड़ना बन्द हो जायगा और विष आगे नसों में न चढ़ सकेगा। ऐसा करने से आगे चिकित्सा करने में समय मिल जायगा।

(२) काटे हुए स्थान को फौरन छुरी से छिल कर दाग देना चाहिये। जिससे विष वहीं जल जाय और आगे न

फैले। यह काम बहुत शीघ्र करना चाहिये नहीं तो विष ऊपर चढ़ जाने का डर है। यदि ऊपर चढ़ गया हो तो नं० १ वाली तरकीब करना चाहिये।

(३) रोगी को जुलाब और कै करवा के भी विष की शांति करना चाहिये। कै और जुलाब से भी विष उतर जाता है।

(४) यदि रोगी असाध्य हो गया हो और किसी भी प्रकार से उसके बचने की उम्मीद नहीं रही हो ऐसी स्थिति में उसे सिंगिया विष (बच्छनाग) या अफ़ीम देना चाहिये। कभी २ इस क्रिया से बड़ा फायदा हो जाता है। लेकिन यह उसी हालत में देना चाहिये जब रोगी असाध्य हो गया हो। (विषस्य विष महौषधम्)।

● सर्पदंशन की दवा—(१) घी, शहद, मक्खन, पीपर, अदरख, काली मिर्च और सेंधानोन-इन सातों वस्तुओं को जो पीसने लायक हों पीस लें और फिर सब वस्तुओं को मिला दें। जिसे सर्प ने काटा हो उसे यह दवा पिलाने से आश्चर्य-जनक फायदा होगा।

(२) जमालगोटे को घी में पीस कर शीतल जल के साथ पिलाने से सर्प का विष उतर जाता है।

(३) जंगली तोरई और जमालगोटे की मींगी को पानी के साथ पीस कर पिलाने से सर्पविष उतर जाता है।

(४) सम्हालू की जड़ के स्वरस में निर्गुण्डी की भावना देकर पीने से सर्प विष उतर जाता है।

(५) चार तोले कालीमिर्च और एक तोले चांगेरी का रस इन दोनों को एकत्र कर घी में मिला कर पीने से और लेप करने से विष उतर जाता है। चांगेरी को चूका भी कहते हैं।

(६) परवल की जड़ की नस्य देने से (सुंघाने से) भयंकर सर्प का डसा हुआ भी अच्छा हो जाता है।

(७) सेंधानोन, कालीमिर्च और नीम के बीज इन तीनों को बराबर लेकर एक साथ पीस कर फिर शहद और घी के साथ सेवन करने से विष उतर जाता है।

बिच्छू विष-चिकित्सा

(१) इमली के चीयों के बीज को पानी में पीस कर काटे हुए स्थान पर लगाने से आश्चर्यजनक फायदा होता है।

(२) प्याज के दो टुकड़े कर काटे हुए स्थान पर लगाने से फौरन आराम होता है।

(३) सत्यानाशी की छाल पान में रख कर खाने से आराम होता है।

(४) बकरी की मेंगनी पानी में पीस कर लगाने से शीघ्र ही फायदा होता है।

(५) निर्मली के बीज पानी के साथ सिल पर घिस कर लगाने से आराम होता है।

(६) काली तुलसी का रस और नमक मिला कर लगाने से शीघ्र ही फायदा होता है।

मूषक-विष-चिकित्सा

(१) करंज की छाल और उसके बीजों को पीस कर लेप करने से चूहे के काटे का विष शांत हो जाता है।

(२) सिरस की जड़ को बकरी के मूत्र में पीस कर लेप करने से भी फायदा होता है।

(३) इन्द्रायण की जड़, अकोले की जड़, तिलों की जड़,

मिश्री, शहद और घी इन सब को मिला कर पीने से विष उतर जाता है।

मधु मक्खी विष-चिकित्सा

(१) मक्खी के काटे हुए स्थान पर सेंधानोन मलने से ज़हर नहीं चढ़ता।

(२) केशर, तगर सोंठ और कालीमिर्च इन चारों को पीस कर लेप करने से लाभ होता है।

(३) आक का दूध मलने से भी फायदा होता है।

बर्र के विष की चिकित्सा

(१) घी, सेंधानोन और तुलसी के पत्तों का रस इन तीनों को मिला कर लगाने से आराम होता है।

(२) कालीमिर्च, सोंठ, सेंधानोन और संचरनोन इन चारों को नागर बेल के पान में घोट कर लगाने से फायदा होता है।

(३) गंधक को पानी में पीस कर लेप करने से शीघ्र ही आराम होता है।

नेवले की विष-चिकित्सा

(१) लहसन का लेप करने से आराम होता है।

(२) कच्चे अंजीर पीस कर लगाने से भी फायदा होता है।

मकड़ी-विष-चिकित्सा

(१) मण्डवा पानी में पीस कर लगाने से फुन्सी आराम होती है।

(२) सफ़ेद जीरा और सोंठ पानी में पीस कर लगाने से फायदा होता है।

(३) खली और हल्दी पानी में पीस कर लेप करने से विष की शांति हो जाती है।

(६) परवल की जड़ की नस्य देने से (सुंघाने से) भयंकर सर्प का डसा हुआ भी अच्छा हो जाता है।

(७) सेंधानोन, कालीमिर्च और नीम के बीज इन तीनों को बराबर लेकर एक साथ पीस कर फिर शहद और घी के साथ सेवन करने से विष उतर जाता है।

बिच्छू विष-चिकित्सा

(१) इमली के चीयों के बीज को पानी में पीस कर काटे हुए स्थान पर लगाने से आश्चर्यजनक फायदा होता है।

(२) प्याज के दो टुकड़े कर काटे हुए स्थान पर लगाने से फौरन आराम होता है।

(३) सत्यानाशी की छाल पान में रख कर खाने से आराम होता है।

(४) बकरी की मैंगनी पानी में पीस कर लगाने से शीघ्र ही फायदा होता है।

(५) निर्मली के बीज पानी के साथ सिल पर घिस कर लगाने से आराम होता है।

(६) काली तुलसी का रस और नमक मिला कर लगाने से शीघ्र ही फायदा होता है।

मूषक-विष-चिकित्सा

(१) करंज की छाल और उसके बीजों को पीस कर लेप करने से चूहे के काटे का विष शांत हो जाता है।

(२) सिरस की जड़ को बकरी के मूत्र में पीस कर लेप करने से भी फायदा होता है।

(३) इन्द्रायण की जड़, अकोले की जड़, तिलों की जड़,

मिश्री, शहद और घी इन सब को मिला कर पीने से विष उतर जाता है।

मधु मक्खी विष-चिकित्सा

(१) मक्खी के काटे हुए स्थान पर सेंधानोन मलने से ज़हर नहीं चढ़ता।

(२) केशर, तगर सोंठ और कालीमिर्च इन चारों को पीस कर लेप करने से लाभ होता है।

(३) आक का दूध मलने से भी फायदा होता है।

बर्र के विष की चिकित्सा

(१) घी, सेंधानोन और तुलसी के पत्तों का रस इन तीनों को मिला कर लगाने से आराम होता है।

(२) कालीमिर्च, सोंठ, सेंधानोन और संचरनोन इन चारों को नागर बेल के पान में घोट कर लगाने से फायदा होता है।

(३) गंधक को पानी में पीस कर लेप करने से शीघ्र ही आराम होता है।

नेवले की विष-चिकित्सा

(१) लहसन का लेप करने से आराम होता है।

(२) कच्चे अंजीर पीस कर लगाने से भी फायदा होता है।

मकड़ी-विष-चिकित्सा

(१) मण्डया पानी में पीस कर लगाने से फुन्सी आराम होती है।

(२) सफ़ेद जीरा और सोंठ पानी में पीस कर लगाने से फायदा होता है।

(३) खली और हल्दी पानी में पीस कर लेप करने से विष की शांति हो जाती है।

(६) परपल की जड़ की गन्ध देने से (सुंघाने से) भयंकर सर्प का डसा हुआ भी अच्छा हो जाता है।

(७) सेंधानोन, कालीमिर्च और नीम के बीज इन तीनों को बराबर लेकर एक साथ पीस कर फिर शहद और घी के साथ सेवन करने से विष उतर जाता है।

बिच्छू विष-चिकित्सा

(१) इमली के चीयों के बीज को पानी में पीस कर काटे हुए स्थान पर लगाने से आश्चर्यजनक फायदा होता है।

(२) प्याज के दो टुकड़े कर काटे हुए स्थान पर लगाने से फौरन आराम होता है।

(३) सत्यानाशी की छाल पान में रख कर खाने से आराम होता है।

(४) बकरी की मेंगनी पानी में पीस कर लगाने से शीघ्र ही फायदा होता है।

(५) निर्मली के बीज पानी के साथ सिल पर घिस कर लगाने से आराम होता है।

(६) काली तुलसी का रस और नमक मिला कर लगाने से शीघ्र ही फायदा होता है।

मूषक-विष-चिकित्सा

(१) करंज की छाल और उसके बीजों को पीस कर लेप करने से चूहे के काटे का विष शांत हो जाता है।

(२) सिरस की जड़ को के मूत्र में पीस कर लेप करने से भी फायदा होता है।

(३) इन्द्रायण की जड़ तिलों की जड़,

मिश्री, शहद और घी इन सब को मिला कर पीने से विष उतर जाता है।

मधु मक्खी विष-चिकित्सा

(१) मक्खी के काटे हुए स्थान पर सेंधानोन मलने से ज़हर नहीं चढ़ता।

(२) केशर, तगर सोंठ और कालीमिर्च इन चारों को पीस कर लेप करने से लाभ होता है।

(३) छाछ या दूध मलने से भी फायदा होता है।

बर्रे के विष की चिकित्सा

(१) घी, सेंधानोन और तुलसी के पत्तों का रस इन तीनों को मिला कर लगाने से आराम होता है।

(२) कालीमिर्च, सोंठ, सेंधानोन और संचरनोन इन चारों को नागर बेल के पान में घोट कर लगाने से फायदा होता है।

(३) गंधक को पानी में पीस कर लेप करने से शीघ्र ही आराम होता है।

कनखजूरे की विष-चिकित्सा

(१) लहसन का लेप करने से आराम होता है।

(२) कच्चे अंजीर पीस कर लगाने से भी फायदा होता है।

मकड़ी-विष-चिकित्सा

(१) मस्तगी पानी में पीस कर लगाने से फुन्सी आराम होती है।

(२) सफ़ेद जीरा और सोंठ पानी में पीस कर लगाने से फायदा होता है।

(३) हल्दी और दारु हल्दी पानी में पीस कर लेप करने से विष की शांति हो जाती है।

कुछ चमत्कारिक औषधियां

एमोनिया—खाने का बुझा हुआ चूना एक भाग, नौसादर एक भाग इन दोनों चीज़ों को लेकर शीशी के अन्दर भर कर काग बन्द कर दो। फिर उसे हिलाओ। इसीको एमोनिया कहते हैं यदि किसी स्त्री को भूत या चुड़ेल लगी हो और वह चड़े २ झाड़ने फूंकने वालों के काबू में न आती हो तो इसके सुंघाने से अपूर्व चमत्कार मालूम होगा। अथवा यदि कोई आदमी बेहोश हो गया हो, उसके दांत मिल गये हों, या डरके मारे पागल हो गया हो, अथवा किसी के दाँत या सिर में जोर से दर्द हो, तो इन सब मर्जों में एमोनिया से फायदा होता है।

भूतज्वर की दवा—हुरहुज की जड़ रोगी के कान में रखने से भूतज्वर बन्द हो जाता है।

नोट—हुरहुर को सूर्यमुखी भी कहते हैं।

अजीर्ण की दवा—नीबू के रस में केशर घोटकर कर चाटना चाहिये।

आधासीसी या पीनस की दवा—घी में केशर पीसकर सुंघाने से दोनों रोग आराम होते हैं।

मुंह के घाव या छाले की दवा—शीतल मिर्च और मिश्री डाढ़ में रखकर उसका रस चूसने से आराम होता है।

प्रमेह की दवा—कबाबचीनी को पीस कर उसमें शक्कर मिलादें। फिर दिन में चार बार फांककर ऊपर से शीतल जल पीवें। इससे प्रमेह में फायदा होता है।

खाँसी की दवा—अड़ूसे के पत्तों का रस ६ माशा, शहद ६ माशा, पीसा हुआ सांभर नोन १ माशा, इन तीनों को मिला कर जरा गर्म करलो फिर पीलो। शर्तिया खांसी में फायदा होगा।

शीत ज्वर की दवा—ककड़ी खाने के बाद ऊपर से थोड़ी सी खट्टी छाछ (मट्ठा) पीकर सेंक करने से ज्वर उतर जायगा।

बिच्छू की दवा—सत्यानाशी (चिरचिड़ा) की जड़ की छाल पान में रखकर खाने से विष उतर जायगा।

अतिसार की दवा—प्याज के रस में जरासी अफीम मिलाकर खाने से अतिसार या पतले दस्त आराम हो जाते हैं।

रतौंधी की दवा—करेले के पत्तों के रस में काली मिर्च घिसकर आंजने से रोगी आराम होता है।

डिब्बे की दवा—करेले के पत्ते, अडूसे के पत्ते, नागरबेल के पान, और जामुन की छाल का बराबर २ रस निकाल कर मिलादें। इस रस में बच्च घिसकर बालक को पिलायें आराम होगा। होमियोपैथी में फ्कोनाईट और ब्रायोनिया देने से इस रोग में अपूर्व फायदा होता है। परीक्षित है।

शीतपित्ति की दवा—सारे बदन में ददफड़ हो ददफड़ हो गये हों तो होमियोपैथी का 'रसटाक्स' देने से चमत्कारिक फायदा होता है।

फूटकर बहने वाले फोड़े की दवा—कड़ुवे नीम के पत्ते पीसकर इन्हें शहद में मिलाकर लगाने से फायदा होता है। रामबाण है

खुजली की दवा—नीम के जले हुए पत्तों को मीठे तेल में लगायें। अवश्य आराम होगी।

बवासीर की दवा—नीम के बीजों को तेल में तलवाकर उसी में पीसलो। फिर थोड़ासा नीला-थोथा मिलाकर मलहम ऐसा बनालो। यह मलहम बवासीर के मस्सों पर बहुत अच्छा है।

पेचिश की दवा—छोटी हरड़ और सौंफ को घी में भूनकर पीस लें। फिर मिश्री मिलाकर एक तोला रोजाना खाने से आराम होता है।

खूनी बवासीर की दवा—करेले के पत्तों का रस एक छोटी चम्मच भर निकालकर उसमें से आराम होता है।

साधारण जुलाब—अरएडी के तेल को पीने से साधारण जुलाब लगता है। इसकी २ तोले से ४ तोला और बालक को उम्र के माशा तक देना चाहिये।

गले के दर्द की दवा—धनियां और मिश्री च

गंजों के बाल आने की दवा—हाथी दांत के

बकरी के दूध में मिलाकर लगाने से बाल आज

बालक की खांसी—बंशलोचन को पीसकर देने से बालक की खांसी मिट जाती है।

आंव, खून के दस्त की दवा—बेलगिरी, धाय सोंठ, नागरमोथा, इन्द्रजौ इन सब को बरा करलो फिर दवा की आधी मिश्री उसमें मि खाने से आँव के दस्त आराम होते हैं।

सांप या बिच्छू की दवा—सफेद कनेर की काटे हुए स्थान पर लगाने से शीघ्र ही आरा

सब तरह के विष उतारने की दवा—बां और काले धतुरे की जड़ को चावल के ध लगाने से या इसी को पिलाने से सब प्रक जाता है।

नारू की दवा—कुचले का बीज और संखि कर लगाने से नारू आराम होता है।

दाद की दवा—सोंठ, सुहागा और चन्द घिस कर दाद पर लगाने से शीघ्र ही आराम

अजीर्ण की दवा—चीते की जड़, सेंधा नोन, हरड़ और पीपल इन चारों वस्तुओं को बराबर लेकर पीसलें। इसको ३ माशे से ६ माशे तक खाकर ऊपर से गरम पानी पीने वाले का अजीर्ण नाश होकर उसे खूब भूख लगेगी।

मासिक धर्म खुलने की दवा—तिलों के काढ़े में गुड़ मिलाकर औरतों को पिलाने से उनका रुका हुआ मासिक धर्म फिर होने लग जाता है। इस रोग में अपूर्व चमत्कार देखना होतो होमियोपैथी का पल्सेटिला देकर देखिये।

नोट—पल्सेटिला ३० शक्ति का देना चाहिए।

पेट के कीड़ों की दवा—अरण्डी के तेल में गौमूत्र मिलाकर पीने से पेट के कीड़ों का नाश हो जाता है।

रुका पेशाब खुलने की दवा—चूहे की मिंगनी और कलमी शोरा पानी के साथ सिलपर पीस कर लुगदी बनालो। फिर उस लुगदी को पेड़ू पर गाढ़ा २ लेप करदो। शीघ्र ही पेशाब हो जायगा।

वायु गोला की दवा—माठा में सेंधा नोन और अजवायन मिलाकर पीने से गोला आराम हो जाता है।

सूखी खांसी की दवा—तिल और मिश्री का काढ़ा पीना चाहिये।

जुकाम की दवा—धनी और पीसी हुई काली मिर्च शहद के साथ चाटने से जुकाम आराम हो जाता है।

मोतीझरा की दवा—लौंग को पानी में औटाकर वही पानी पिलाने से फायदा होता है।

पित्तज्वर की दवा—धनिया के काढ़े में मिश्री मिलाकर पीने से आराम होता है।

खूनी बवासीर की दवा—करेले के पत्तों का या करेले ही का रस एक छोटी चम्मच भर निकालकर उसमें शक्कर मिला पीने से आराम होता है।

साधारण जुलाब—अरण्डी के तेल को गाय के दूध में पीने से साधारण जुलाब लगता है। इसकी खुराक जवान को २ तोले से ४ तोला और बालक को उम्र के अनुसार ४ से १ माशा तक देना चाहिये।

गले के दर्द की दवा—धनियां और मिश्री चबाईये।

गंजे के बाल आने की दवा—हाथी दांत के बुरादे की राख को बकरी के दूध में मिलाकर लगाने से बाल आजाते हैं।

बालक की खांसी—वंशलोचन को पीसकर शहद के साथ देने से बालक की खांसी मिट जाती है।

आंव, खून के दस्त की दवा—बेलगिरी, धायके फूल, मोचरस सोंठ, नागरमोथा, इन्द्रजौ इन सब को बराबर मिलाकर चूर्ण करलो फिर दवा की आधी मिश्री उसमें मिलालो। यह चूर्ण खाने से आँव के दस्त आराम होते हैं।

सांप या बिच्छू की दवा—सफेद कनेर की जड़ को घिसकर काटे हुए स्थान पर लगाने से शीघ्र ही आराम होता है।

सब तरह के विष उतारने की दवा—बांझककोड़े की जड़ और काले धतुरे की जड़ को चावल के धोवन में घिसकर लगाने से या इसी को पिलाने से सब प्रकार का विष उतर जाता है।

नारू की दवा—कुचले का बीज और संखिया पानी में घिसकर लगाने से नारू आराम होता है।

दाद की दवा—सोंठ, सुहागा और चन्दन इन तीनों घिस कर दाद पर लगाने से शीघ्र ही आराम होता है।

अजीर्ण की दवा—चीते की जड़, सेंधा नोन, हरड़ और पीपल इन चारों वस्तुओं को बराबर लेकर पीसलें। इसको ३ माशे से ६ माशे तक खाकर ऊपर से गरम पानी पीने वाले का अजीर्ण नाश होकर उसे खूब भूख लगेगी।

मासिक धर्म खुलने की दवा—तिलों के काढ़े में गुड़ मिलाकर औरतों को पिलाने से उनका रुका हुआ मासिक धर्म फिर होने लग जाता है। इस रोग में अपूर्व चमत्कार देखना होतो होमियोपैथी का पल्सेटिला देकर देखिये।

नोट—पल्सेटिला ३० शक्ति का देना चाहिए।

पेट के कीड़ों की दवा—अरण्डी के तेल में गोमूत्र मिलाकर पीने से पेट के कीड़ों का नाश हो जाता है।

रुका पेशाब खुलने की दवा—चूहे की मिंगनी और कलमी शोरा पानी के साथ सिलपर पीस कर लुगदी बनालो। फिर उस लुगदी को पेडू पर गाढ़ा २ लेप करदो। शीघ्र ही पेशाब हो जायगा।

वायु गोला की दवा—माठा में सेंधा नोन और अजवायन मिलाकर पीने से गोला आराम हो जाता है।

सूखी खांसी की दवा—तिल और मिश्री का काढ़ा पीना चाहिये।

जुकाम की दवा—छनी और पीसी हुई काली मिर्च शहद के साथ चाटने से जुकाम आराम हो जाता है।

मोतीज्वर की दवा—लौंग को पानी में औटाकर वही पानी पिलाने से फायदा होता है।

पित्तज्वर की दवा—धनिया के काढ़े में मिश्री मिलाकर पीने से आराम होता है।

पेशाव में जलन की दवा—तरबूज के पाव भर पानी में सफे जीरा और मिश्री मिलाकर पीने से जलन बंद होती है।

प्रदर की दवा—केले के पत्ते महीन पीसकर दूध में उस खीर बनाकर खाने से प्रदर रोग में फायदा होता है। चमत्क देखना होतो होमियोपैथी का ओहाटेस्टा देकर देखिये।

मृगी की दवा—कैथड़े की छाल का चूरा सुंघने से मृगी रे आराम होता है।

कान के दर्द की दवा—गोमूत्र को गर्म करके कान में टपक से दर्द मिट जाता है।

नकसीर की दवा—रूमीमस्तगी को मिश्री के साथ मिला खाने से बहुत फायदा होता है। गाय के ताज़े घृत को न में टपकाने से आराम भी होता है।

हिचकी की दवा—गरम २ गाय का घी पिलाने से हिच बंद हो जाती है।

पांडुरोग की दवा—नित्य सवेरे गोमूत्र कपड़े में छानकर या ४१ दिन पिलाने से पांडुरोग को आराम होते देखा है।

वमन बंद करने की दवा—हरड़ों का पीसा-छना चूर्ण शहद मिलाकर चाटने से वमन होना बंद हो जाती है।

उन्माद रोग की दवा—बिना पकी चिरमटी दूध के साथ पीने से आराम होता है।

आग से जले हुए की दवा—चूने के ऊपर का निथरा हुआ पानी और अलसी का तेल लगाने से शान्ति होगी।

आँख की जलन की दवा—औरत के दुध में रूई का फाया भिगोकर आँख पर रखने से बन्द होती है।

फोड़ा बैठाने की दवा—बिना चुपड़ा रूखा पान सेककर बांधने से फोड़ा बैठ जाता है।

कमर के दर्द की दवा—खस २ और मिश्री मिलाकर दो तोले रोज खाने और ऊपर से गरम किया हुआ दूध पीने से कमर का दर्द आराम होता है।

जहरी जानवरों के विष के उतारने की दवा—छटाक भर गाय के घृत में आधा पाव सेंधा नोन पीसकर मिलाना चाहिये। फिर रोगी को खिलाना चाहिये अवश्य आराम होगा।

चर्मरोग की दवा——नीम, गुड़ हरड़, आँवले और बावची चार २ तोले लो सोंठ, बायविड़ंग, पमार के बीज़, पीपर अजवायन, बछ, जीरा, कुटकी सफेद कत्था, सेंधा नोन, जवाखार, हल्दी, दारुहल्दी, नागरमोथा, देवदारु ये सब एक २ तोला लो। फिर कूट पीसकर इनका चूर्ण बनालो। इस चूर्ण को रोज गिलोय के काढ़े के साथ पीने से चर्म सम्बन्धी सब रोग शर्तिया आराम होते हैं।

अरुचि की दवा—मनिहारी नमक का चूर्ण, शहद और अनार का रस मिलाकर खाने से अवश्य अरुचि बन्द हो जायगी।

मुंह की झांई की दवा—बड़का दूध और पिसी हुई हलदी दोनों को मिलाकर मुँह पर मलने से झांई मिट जाती है।

गले के दर्द की दवा—धनिया और मिश्री चबाने से दर्द मिटता है।

सोज़ाक की दवा—चन्दन का तेल एक तोला बिरोजे का तेल १ तोला। चन्दन और बिरोज़े के तेल को मिलाकर २० बूंद रोज चीनी के साथ या बताशे में मिलाकर खाओ ऊपर से ताजा दूध पीओ। ऐसा करने से बहुत शीघ्र ही सोज़ाक आराम हो जायगा।

हैजे की दवा—आक की जड़ दो तोला उसमें २ ही तोला अदरख का रस छोड़दो फिर खरल में इन दोनों मिश्रित चीज़ों

को खूब घोटो जब घुटते २ गोली बनने ल यक हो जाय छोटी गोल मिर्च के बराबर गोलियाँ बना गो। दो दो या त तीन घंटे में रोगी को एक २ गोली देने से च मत्कारिक फाय होता है। हैजे के लिये होमियोपैथी की मश हर दवा "हेरेम पलयम" है।

पसली के दर्द की दवा—सिंदूर को शहद में मिलाकर एक कपड़े पर उसका लेप करो फिर उस कपड़े को जहाँ पसली दुखती हो चिपकाओ। चिपकाने के पश्चात् सिलगते हुए कंडे से उसे तपाओ। इससे शीघ्र ही पसली का दर्द आराम होता है।

खुजली की दवा—शुद्ध गंधक ६ ड्राम, फि टकरी २ ड्राम, शोरा १० ग्रेन, नरम साबुन ६ ड्राम, आयल वर्ग मेंट ५ बूंद, सुअर की चर्बी २ औंस, इन सब को मिला र खरल में घोट लो। यह मलहम खुजली पर रामबाण है। दवा लगाने के पहले घाव को गरम जल से धो लेना आवश्यक ीय है।

पेट की दवा—अजवायन का सत और नमक खाने से आराम होता है। होमियोपेथी में आदमियों के लिये "कोलोसिन्थ" और स्त्रियों के लिये "कैमोमिला" अपूर्व दवा है।

खटमल की दवा—जिस पलंग में खटमल हों उसमें छाव और गंधक की धूनी देने से जाते रहते हैं। फिर कभी नहीं होते

मक्खी की दवा—अकरकरा तीन माशे, गंधक दो माशे, नर गेस की जड़ चार माशे इन तीनों के चूर्ण को पा नी में घोलकर दिवालों पर छिड़कन से मक्खियाँ नहीं आती।

अजीर्ण की दवा—आम के अजीर्ण पर दूध, खरबूजे के जीर्ण पर शरबत, केले पर इलायची, उर्द पर हींग, घी पर ा, रामबाण है।

तिल्ली और बोझ की दवा—गवारपाठे के गुदा को हल्दी में लपेटकर एक तोला भर रोज सात दिन खाने से आराम होता है।

होमियो पैथी में "आर्निका" इसके लिये उत्तम दवा है।

होंठ फटने की दवा—घी और सेंधा नोन मिलाकर नाभि पर लगाने से फटे हुए होंठ अच्छे हो जाते हैं।

गर्मी की दवा—शुद्ध मेन्सल सात तोला को १४ तोला मुनक्का के साथ घोटकर एक २ तोले की गोलियां बना लो। इसमें एक गोली रोजाना खाने से २१ दिन में भयंकर गर्मी भी आराम हो जाती है।

नोट—लाल मिर्च, खटाई, और गर्म चीजें न खाना चाहिये होमियोपैथी में "सिफीलाईनम" और मरक्युरियस इसकी मशहूर दवाईयें हैं।

पोते बढ़ने की दवा—अण्डवृद्धि यदि होगई हो तो छोटी इन्द्रायण की जड़ को लाकर पीसो जब महीन हो जाय तब उसे अरण्डी के तेल में घोटो। इस लेप को दिन में दो तीन बार पोतों पर लगाओ इसके अतिरिक्त इसी इन्द्रायण का चूर्ण २ माशे सबेरे और २ माशे शाम को गाय के दूध के साथ सेवन करो। अवश्य लाभ होगा।

मक्कल शूल की दवा—प्रसूता स्त्री को बच्चा जनने के बाद कभी २ हृदय, शरीर, और पेड़ू में बड़ा भयंकर शूल हुआ करता है। उस समय जवाखार के चूर्ण को गरम जल के साथ देने से शूल आराम हो जाता है।

गर्भवती को अतिसार—गर्भवती को यदि बहुत दस्तें लगती हों तो उसे बढ़िया नारंगी का शरबत एक तोला देने से फायदा होता है।

को खूब घोटो जब घुटते २ गोली बनने लायक हो जाय त
छोटी गोल मिर्च के बराबर गोलियाँ बना लो। दो दो या तीन
तीन घंटे में रोगी को एक २ गोली देने से चमत्कारिक फायदा
होता है। हैजे के लिये होमियोपैथी की मशहूर दवा "हेरेट्रम
एलबम" है।

पसली के दर्द की दवा—सिंदूर को शहद में मिलाकर
कपड़े पर उसका लेप करो फिर उस कपड़े को जहाँ पस
दुखती हो चिपकादो। चिपकाने के पश्चात् सिलगते हुए व
से उसे तपाओ। इससे शीघ्र ही पसली का दर्द आरा
होता है।

खुजली की दवा—शुद्ध गंधक ६ ड्राम, फिटकरी २ ड्राम
शोरा १० ग्रेन, नरम साबन ६ ड्राम, आयल वर्गमैंट ५ बूंद,
सुअर की चर्बी २ औंस, इन सब को मिलाकर खरल में घोट
लो। यह मलहम खुजली पर रामबाण है। दवा लगाने के
पहले घाव को गरम जल से धो लेना आवश्यकीय है।

पेट की दवा—अजवायन का सत और नमक खाने से आराम
होता है। होमियोपैथी में आदमियों के लिये "कोलोसिन्थ"
और स्त्रियों के लिये "कैमोमिला" अपूर्व दवा है।

खटमल की दवा—जिस पलंग में खटमल हों उसमें छाव
और गंधक की धूनी देने से जाते रहते हैं। फिर कभी नहीं होते

मक्खी की दवा—अकरकरा तीन माशे, गंधक दो माशे, नर
गिस की जड़ चार माशे इन तीनों के चूर्ण को पानी में घोलकर
दिवालों पर छिड़कने से मक्खियाँ नहीं आती।

अजीर्ण की दवा—आम के अजीर्ण पर दूध, खरबूजे के
अजीर्ण पर शरबत, केले पर इलायची, उर्द पर हींग, घी पर
चना, रामबाण है।

तिल्ली और बोझ की दवा—गवारपाठे के गुदा को हल्दी में लपेटकर एक तोला भर रोज सात दिन खाने से आराम होता है।

होमियो पैथी में "आर्निका" इसके लिये उत्तम दवा है।

होंठ फटने की दवा—घी और सेंधा नोन मिलाकर नाभि पर लगाने से फटे हुए होंठ अच्छे हो जाते हैं।

गर्मी की दवा—शुद्ध मेन्सल सात तोला को १४ तोला मुनक्का के साथ घोटकर एक २ तोले की गोलियां बना लो। इसमें एक गोली रोजाना खाने से २१ दिन में भयंकर गर्मी भी आराम हो जाती है।

नोट—लाल मिर्च, खटाई, और गर्म चीजें न खाना चाहिये होमियोपैथी में "सिफीलाईनम" और मरक्युरियस इसकी मशहूर दवाईयें हैं।

पोते बढ़ने की दवा—अण्डवृद्धि यदि होगई हो तो छोटी इन्द्रायण की जड़ को लाकर पीसो जब महीन हो जाय तब उसे अरण्डी के तेल में घोटो। इस लेप को दिन में दो तीन बार पोतों पर लगाओ इसके अतिरिक्त इसी इन्द्रायण का चूर्ण २ माशे सवेरे और २ माशे शाम को गाय के दूध के साथ सेवन करो। अवश्य लाभ होगा।

मक्कल शूल की दवा—प्रसूता स्त्री को बच्चा जनने के बाद कभी २ हृदय, शरीर, और पेडू में बड़ा भयंकर शूल हुआ करता है। उस समय जवाखार के चूर्ण को गरम जल के साथ देने से शूल आराम हो जाता है।

गर्भवती को अतिसार—गर्भवती को यदि बहुत दस्त लगती हों तो उसे बढ़िया नारंगी का शरबत एक तोला देने से फायदा होता है।

दूसरा अध्याय

आचार शास्त्र

शारीरिक मानसिक और आत्मिक स्वास्थ्य के आरोग्य शास्त्र की अपेक्षा भी आचार शास्त्र ध्यान देना अधिक आवश्यक है। बिना सदाचार के इहलौकिक और पारलौकिक सुख और शान्ति की रक्षा कर सकता। जो लोग आस्तिक हैं-परलोक को मानते हैं उनके लिए तो सदाचार अनिवार्य्य है ही पर जो नास्तिक हैं—परलोक को नहीं मानते हैं उनके लिए भी चार का पालन आवश्यक है। ऐसे लोग भी शारीरिक स्थ्य, सामाजिक उन्नति और आत्म-प्रतिष्ठा के इच्छुक हो जो कि बिना सदाचार के मिल नहीं सकती।

सदाचार क्या है * ?

यह प्रश्न बड़ा ही विकट है। आज तक सदाचार एक निश्चित स्वरूप दुनिया के अन्तर्गत किसी ने आवि नहीं किया। ऐसा स्वरूप जिसे सब देश और सब वाले मुक्तकण्ठ से स्वीकार कर लें। सब स्थानों पर काल और परिस्थिति के अनुसार सदाचार का स्वरूप निि

* इस विषय की विशेष जानकारी के लिये बाबू गोवर्द्धन लाल लि 'नीति विज्ञान' पढ़िये मिलने का पता—शांति मन्दिर भानपुरा (H. S

किया गया है जो कि समय २ पर परिवर्त्तित होता रहता है। एक अंग्रेज शराब पीने के अन्तर्गत कुछ भी दुराचार नहीं समझता, पर मुसलमानों के कुरान के अनुसार यदि कोई शराब पीले तो उसे गले तक जमीन में गाड़ दिया जाता है। इसी प्रकार एक अंग्रेज़ रमणी अपने पति के जीते जी उसे तलाक देकर दूसरा पति कर सकती है। पर यही बात एक हिन्दूललना के लिए असम्भव है। और देशों की बात छोड़ दीजिए केवल भारतवर्ष ही में देखिए। बङ्गाल का ब्राह्मण शौक से मछली खा सकता है पर राजपूताना, आदि के ब्राह्मण मछली के नाम को सुनते ही राम राम कह कर दूर हो जायंगे। इसी प्रकार नवीन सुधारक दल के सदस्य समाज की आधुनिक परिस्थिति की अपेक्षा से "विधवा-विवाह" "अछूत उद्धार" "जातिपांति-भङ्ग" आदि बातों को सदाचार में शुमार करेंगे। पर इसी को पुराने लोग दुराचार कहेंगे कहने का मतलब यह कि सदाचार का एक निश्चित स्वरूप आज तक दुनियां में किसी ने निश्चित नहीं किया आज तक सदाचार "अपेक्षा कृत" रूप ही में चल रहा है।

फिर भी सदाचार का उद्देश्य एक ही है। भिन्न २ देशों के विद्वानों में मार्ग भिन्नता होते हुए भी उद्देश्य भिन्नता नहीं है। सदाचार को निम्नाङ्कित परिभाषा से प्रायः सब लोग सहमत हैं—

"जो आचार मनुष्य प्रकृतिगत निर्बलताओं पर संयम कर के व्यक्ति के नैतिकचरित्र की रक्षा करते हुए समाज के सुख शान्ति और स्वास्थ्य की वृद्धि करता है तथा जो आचार समाज के वायु-मण्डल में प्रेम, मैत्रीभाव और स्वाधीनता की भावनाएं उत्पन्न करता है वही सदाचार है।"

इन्हीं सब बातों पर लक्ष्य रखते हुए हमारे प्राचीन

आचार्यों ने अपनी स्मृतियां बनाईं। मनुस्मृति, पराशर स्मृति आदि कई भिन्न २ स्मृतियों में आचार शास्त्र का वर्णन है। इसके पश्चात् मुसलमानी काल में लोगों ने और भी स्मृतियां गढ़ डालीं। हम ऊपर लिख आये हैं कि कई आचार तो ऐसे होते हैं जो देश, काल की परवाह न करते हुए हमेशा एक ही रूप में रहते हैं। पर बहुत से ऐसे भी आचार हैं जो समय २ पर परिवर्तित होते रहते हैं। ऐसे आचारों के विषय में जो बातें पुरानी स्मृतियों में कहीं हैं वे आज मान्य नहीं हो सकतीं। जैसे स्त्रियों की स्वाधीनता के विषय में मनु-स्मृति में सख्त विरोध किया गया है। (पितारक्षति कौमारे ……न स्त्री स्वातंत्र्य महार्ति आदि।) पर आजकल के काल में यह बात सर्वांश में माननीय नहीं हो सकती। इसी प्रकार विधवा-विवाह, अछूत उद्धार आदि बातों के विषय में भी कहा जा सकता है।

आचार के आडम्बर से हानि

जिस प्रकार आचार के शुद्ध स्वरूप से मनुष्य की नैतिक और शारीरिक उन्नति होती है, उसी प्रकार आडम्बरमय आचार से मनुष्य की भयङ्कर नैतिक हानि भी होती है। इस प्रकार की हानि आज भारत के कोने २ में दृष्टिगोचर हो रही है। इसी आडम्बर के फल स्वरूप लाखों सण्ड मुसण्ड साधु जो धर्म की टांग भी नहीं जानते, आज समाज पर भार स्वरूप होकर काल यापन कर रहे हैं। धर्माचार्यों की गद्दियाँ कितने उच्च उद्देश्यों को लेकर स्थापित की गई थीं, और जहाँ तक वे अपने शुद्ध आचार में रहीं वहाँ तक उनसे समाज को कितना लाभ होता रहा, पर जब से उनमें से शुद्ध

नाचार नष्ट होकर आचार का आडम्बर घुसा तभी से समाज की कितनी भयङ्कर हानि हो रही है ?

हमारे तीर्थ स्थानों की दशा देखिए। इसी आचार के आडम्बर के कारण यहाँ कितना अन्याय और अत्याचार होता है। हमारे पास यहाँ पर इतना स्थान नहीं कि हम इन सब अत्याचारों का स्पष्ट चित्र खींच सकें। फिर भी इतना अवश्य कह सकते हैं कि जितना अनाचार और व्यभिचार इन तीर्थ-स्थानों में होता है उतना किसी दूसरे स्थान पर न होता होगा। कितने उच्च उद्देश्य को लेकर तीर्थ स्थानों की रचना की गई थी। उनके अन्तर्गत रहने वाले पण्डों का जीवन कितना उच्च रहता था। पर आज क्या स्थिति है। ये लोग धर्म कर्म का स्वरूप तो कुछ जानते नहीं, केवल धर्म और तीर्थों के ठेकेदारों की तरह मुसाफिरों और यात्रियों के गले पड़ते हैं और येन, केन, प्रकारेण-भरसक उपायों से, उनसे अधिक से अधिक पैसा हड़पने की कोशिश करते हैं। बहुत कम लोग इनमें से सदाचारी होते हैं बाकी अधिकांश लोग व्यभिचारी और गुण्डे होते हैं। लेकिन यह सब दोष इन लोगों का नहीं। आचार के आडम्बर का है। भारतीय जनता इन लोगों के चरित्र पर इन लोगों के ज्ञान पर ध्यान नहीं देती वह तो इन्हें मुक्ति का ठेकेदार समझ कर मुक्ति के लोभ से इनको पैसा लुटाती है। व्यवस्था भी कैसी मज़ेदार है, कोई जीवन में लाखों पाप करले, चोरी, जारी, व्यभिचार, दगाबाज़ी आदि घृणित से घृणित काम करले पर गंगाजी में आकर इन पण्डों के द्वारा नहाये कि बस उनके लिए मुक्ति का द्वार खुल गया। कहाँतक लिखें इस प्रकार के सैकड़ों आडम्बर हमारे समाज में प्रचलित हैं। समुद्रयात्रा आदि के विषय में भी इसी ढङ्ग

की बातें कही जा सकती हैं। जैनियों के अहिंसा-धर्म को लीजिए, उसका असली स्वरूप कितना शुद्ध और उज्ज्वल है? पर आज उसमें भी कितना आडम्बर घुसा हुआ है। चींटी और मकोड़ी तक की रक्षा करने वाले जैनी आज तीर्थ क्षेत्रों के बहाने-निर्जीव मूर्त्तियों के पीछे अपने सजीव भाइयों की आत्माओं को कितना कष्ट पहुँचा रहे हैं। इन मूर्त्तियों के पीछे वे लाखों रुपये जीव-हिंसकों की जेब में पहुंचा रहे हैं। इसी प्रकार आठ २ वर्ष की लड़कियों का विवाह कर वे समाज में कितनी विधवाओं की संख्या बढ़ा रहे हैं तथा कितनी भ्रूणहत्याओं के कारण बन रहे हैं। पर यदि कोई उनके सामने उन विधवा-बालिकाओं की उचित व्यवस्था का प्रस्ताव रखता है तो कानों पर हाथ लगाते हैं। यह आचार का आडम्बर नहीं तो क्या है?

जो लोग अपना तथा देश का उद्धार करना चाहते हैं उन्हें चाहिए कि इन आडम्बरों से दूर रह कर शुद्ध आचार को ग्रहण करें।

आचार के कुछ साधारण नियम

अहिंसा

संसार में अनन्त प्राणी हैं। इन सब प्राणियों को प्रकृतिगत कुछ अधिकार मिले हुए रहते हैं। खास कर जीवित रहने का अधिकार सब प्राणियों को प्रकृति की ओर से मिला हुआ रहता है। प्रकृतिगत इन अधिकारों में हस्तक्षेप करने का किसी को अधिकार नहीं है। इस अधिकार में हस्तक्षेप करने ही को हिंसा कहते हैं। पर इसके साथ ही जीवन कलह का नियम रख कर प्रकृति ने इस नियम में बड़ी बाधा

डाल दी है। इसी नियम के कारण एक प्राणी दूसरे प्राणी को अपना भक्ष्य समझता है और प्राणियों में तो यह बात स्वभावतः ही रहती है क्योंकि उन्हें भले बुरे का तथा पाप, पुण्य का ज्ञान नहीं रहता। पर मनुष्य जाति के लिए यह बात अवश्य ही बड़े कलङ्क की है। क्योंकि प्रकृति ने उसे ज्ञान दिया है। खास कर उन लोगों के लिए तो यह बात और भी लज्जापूर्ण हो जाती है जो आत्मा के अस्तित्व को मानते हैं यदि हमारे किसी अङ्ग पर कोई चाकू मार दे तो हमें उस चोट से कितना अधिक कष्ट होगा। इस बात को प्रत्येक मनुष्य जानता है। यदि हमारे इसी अनुभव को तमाम प्राणियों के ऊपर जांचे तो उसका भी वही परिणाम निकलेगा, जो हमारे अनुभव में आया है। क्योंकि हमारी ही तरह वे भी आत्मा और अनुभव करने की शक्ति रखते हैं ऐसी स्थिति में यदि नैतिक दृष्टि से देखा जाय तो हमें उनके अधिकारों में किसी प्रकार का हस्तक्षेप करने का अधिकार नहीं है। क्योंकि वे भी हमारी ही तरह जीने का अधिकार रखते हैं। उन नैसर्गिक अधिकारों में हस्तक्षेप करना एक भयङ्कर नैतिक पाप है। और खास करके अपने भोजन के लिए—अपने स्वाद और व्यक्तिगत स्वार्थ के लिए उनके आर्त-नाद का, उनकी करुण दृष्टि का, और उनकी भयङ्कर यन्त्रणा का कुछ खयाल न कर के उनके गले पर छुरी फेर देना यह तो ऐसा भयङ्कर पाप है जिसे प्रकृति कभी क्षमा नहीं कर सकती।

अब यदि स्वास्थ्य की निगाह से देखा जाय तो भी हिंसा बड़ी घातक मालूम होगी। कई बड़े डाक्टरों के अन्वेषण से यह बात सिद्ध हो चुकी है कि मांसाहार मनुष्य को तमोगुणी

क्रोधी, दुष्प्रवृत्तियों से युक्त और मनुष्यत्वविहीन बनाने वाला है। इससे मनुष्य की बुद्धि मन्द, चेहरा भयङ्कर और आत्मा कलुषित होती है। अतः जो मनुष्य निर्मल बुद्धि उत्तम स्वास्थ्य और सात्विक वृत्तियां चाहता है उसे मांसाहार से बचना चाहिये।

यहाँ इस बात का पूरा ख़याल रखना चाहिए कि सदाचार उस अहिंसा की शिक्षा नहीं देता, जो मनुष्य को कायर, अकर्मण्य और आलसी बनाती है। यदि जङ्गल में हमारे पर कोई शेर झपट कर आवे, या हमारे घर में कोई घुसकर हमारी स्त्रियों पर हाथ डाले तो उस समय अहिंसा का नाम लेकर चुप चाप बैठ जाना महा पाप है। ऐसी स्थिति में उस शेर को या उस दुष्ट को उचित सजा देकर अपनी या अपनी स्त्रियों की रक्षा करना ही उचित है। इसी प्रकार यदि कोई आ तायी हमारे देश पर या हमारे ग्राम पर आक्रमण करे उस समय भी अहिंसा का दुहाई न देकर उसका सामना करना चाहिए। ऐसी स्थिति में भावों के अन्दर देशभक्ति या ग्रामरक्षा की निर्मल भावनायें रखते हुए जो हिंसा होती है उसमें हिंसा जन्य पाप नहीं लगता।

सदाचार उसी हिंसा से बचने का आदेश करता है जो दुष्ट भावों को रख कर अपनी स्वार्थ सिद्धि के लिए किसी निर्दोष प्राणी की जाती है। या जिसमें हमारी आत्मा कलुषित होती हो।

सत्य

सत्य बोलना मनुष्य के लिए कितना आवश्यक है यह बतलाने की आवश्यकता नहीं। सत्य बोलने से मन निर्मल, आत्मा शुद्ध और हृदय प्रसन्न रहता है। पर ऐसी स्थिति में

जब कि, देश पर कोई भयङ्कर आपत्ति आ रही हो, या खाम ख्वाह अन्याय से किसी की जान जाती हो, यदि शुद्ध भावों को लक्ष कर कुछ असत्य या अपलाप कर दिया जाय तो उसमें कोई दोष नहीं। पर उसका उद्देश्य पवित्र होना चाहिए।

अचौर्य्य

इसकी उपयोगिता सब कोई जानते हैं। कई लोग पाप के डर से, कई कानून के डर से, और कई लज्जा के डर से इससे (चोरी) बचते हैं। पर जो लोग यह सब जानते हुए भी इस कार्य्य में व्यस्त हैं उन्हें इस कर्म से अवश्य बचना चाहिए। इस कर्म के करने वाले की आत्मा को कभी शान्ति नहीं मिलती।

ब्रह्मचर्य्य

इस विषय पर प्राचीन काल से लेकर आज तक बहुत कुछ लिखा गया है। लेकिन फिर भी हम देखते हैं कि भारत-वर्ष में आज भी सबसे अधिक आवश्यकता इसी व्रत के पालन करने की है। इस देश में आज कल जितना ब्रह्मचर्य्य का नाश हो रहा है उसे देख कर आत्मा थर्रा उठती है। इस ब्रह्मचर्य्य-नाश के कारण आज हमारे देश के नवयुवक, चिर रोगी, और कमज़ोर रहते हैं। बाल्यकाल समाप्त होते न होते उन्हें बुढ़ापा आकर घेर लेता है। वास्तविक जवानी के मज़े से वे वंचित ही रहते हैं। इस दुर्दशा के मूल कारण दो हैं पहला तो सामाजिक कुव्यवस्था और दूसरा अशिक्षा।

हमारे हिन्दू समाज में दस २ बारह २ वर्ष के लड़कों का और आठ २ दस २ वर्ष की लड़कियों का, जिनके यौवन के विकसित हुए हों, विवाह कर दिया जाता है जहाँ एक बच्चे

में सोने के लिए भेज दिया जाता है। उन्हें कामकोड़
सब प्रकार की शिक्षाएँ कुछ तो उनकी मित्रमण्डली दे
हैं और कुछ उनके कुटुम्बी अपनी क्रियाओं से दे देते
फिर क्या है, खराब संस्कारों में तो वे पले हुए रहते हैं
झट अपने ब्रह्मचर्य्य को भ्रष्ट कर देते हैं। वे अपने शरीर
जौहर को बिना परिपक्क हुए ही खर्च करने लग जाते
जिससे बहुत ही शीघ्र वे दुर्बल, अशक्त और निर्जीव से
जाते हैं। सोलह सत्रह वर्ष के होते न होते उनके एक दुर्ब
निस्तेज और अधूरी सन्तान हो जाती है। बस फिर क्या
बचपन में ही उन्हें माता, पिता कहलाने का गौरव प्राप्त
जाता है। और उनके माता पिता अपने पौत्र, पौत्री को
कर आँखें ठण्डी (?) कर लेते हैं। इस प्रकार समाज
लाखों कच्ची कलियें खिलने के पूर्व ही मसल दी जाती
एक लेखक लिखते हैं—

"हमारे बालकों में क्षात्र तेज है, वज्र की सी दृढ़ता
प्रकाशमान बुद्धि है, वे सब कुछ कर सकते हैं यदि प्रतिवर्ष हज़
और लाखों की संख्या में विवाह की वेदी पर उनका बलि
न किया जाय ?"

अब दूसरा कारण सुनिए हमारे बालकों को ऊँचे
की शिक्षा तो दी नहीं जाती। भारत में सौ में से केवल
व्यक्ति अक्षर ज्ञान रखते हैं। माता पिता तो उनका वि
कर देना ही अपना सबसे बड़ा कर्त्तव्य समझते हैं और
जिम्मेदारी को पूर्ण कर फारिक हो जाते हैं। शिक्षा के अभ
मे ये नवयुवक बुरी सोसायटी में पड़ जाते हैं और अपने
से भ्रष्ट होकर वैश्यागामी या परस्त्रीगामी हो जाते हैं, या
घर की स्त्री पर ही मनमाना अत्याचार करते हैं। उस सम

ने अपने और अपनी स्त्री के स्वास्थ्य का कुछ भी ख़याल नहीं रखते। जिसके फल स्वरूप दोनों ही बीमार हो जाते हैं। पुरुष को नपुंसकता, सुजाक और गर्मी आकर सताती है और स्त्री प्रदरादि रोग से ग्रसित हो जाती है। फिर वे नाना प्रकार की कोकेन आदि नशीली और कामोत्तेजक चीजें खाते हैं जिससे उनका रहा सहा संसार सुख भी नष्ट हो जाता है। और वे या तो असमय में ही काल के ग्रास हो जाते हैं या मुर्दे की तरह सुख शान्ति विहीन हुए जिन्दगी बिताते हैं।

यह तो इसकी शारीरिक हानियों का वर्णन हुआ। ब्रह्मचर्य-विहीनता का नैतिक परिणाम भी बहुत बुरा होता है। इससे आत्मा कलुषित, मन जर्जरित और बुद्धि भ्रष्ट हो जाती है। अतएव जो लोग उत्साह और शान्तिमय जीवन बिताना चाहते हैं उन्हें चाहिये कि वे किसी भी प्रकार के व्यभिचार से सम्बन्ध न रक्खें। कई लोग कहते कि हम पराई स्त्रियों को माता और बहन के समान समझते हैं। अतः हमें व्यभिचार जनित दोष नहीं लगता। ऐसे लोग शायद यह नहीं समझते कि केवल पराई स्त्रियों से विषय करने ही को व्यभिचार नहीं कहते, अपनी स्त्री से भी यदि नियम और आवश्यकता के विरुद्ध विषय किया जायगा तो वह भी व्यभिचार में शुमार किया जायगा।

अतएव अपने जीवन को शान्ति और शरीर के सुख चाहने वाले प्रत्येक मनुष्य को निम्नांकित विषयों पर ध्यान देना चाहिए—

रति सम्बन्धी नियम

(१) पच्चीस वर्ष की आयु होने के पहले पुरुष को और सोलह वर्ष की उम्र होने के पहले स्त्री को इस विषय से [illegible]

चाहिए। इससे कम उम्र में मनुष्य का वीर्य कच्चा रहता है। अतः वह संभोग के योग्य नहीं होता।

(२) विवाह हुए के पश्चात् पशुओं की तरह जब प्रेरणा हो तभी मनुष्य को इस क्रिया में ग्रस्त न होना चाहिए ऐसा करने वाले मनुष्य को शीघ्र ही नपुंसकता आकर घेरती है। जाड़े के दिनों में महीने में अधिक से अधिक सात वार, गर्मी में दो बार और बरसात में तीन बार से अधिक इस कार्य में व्यस्त न होना चाहिए। नहीं तो शीघ्र ही बुढ़ापा आकर घेर लेता है।

(३) रति के पश्चात् तुरन्त औटा हुआ दूध मिश्री मिला कर पीना चाहिए इससे गया हुआ बल तुरन्त लौट आता है।

(४) कई नादान लोग अफ़ीम, भङ्ग, आदि नशीली चीजों से वीर्य्य का अस्वाभाविक स्थम्भन करते हैं यह कार्य बड़ा ही भयङ्कर है इन क्रियाओं से पथरी, सुजाक, आदि बीमारियाँ हो जाती हैं तथा वीर्य्य सूख जाता है।

(५) रजस्वला, गर्भवती, प्रसूता, वैश्या और परस्त्री के संसर्ग से प्रत्येक मनुष्य को बचना चाहिए।

(६) हस्त क्रिया, विपरीत और अनैसर्गिक मैथुन से प्रत्येक नवयुवक को बचना चाहिए।

(७) विवाहित लोग यदि जाड़े के दिनों में बाजीकरण औषधियों का सेवन करें तो अच्छा है। ऐसी कुछ औषधियें पहले लिखी जा चुकी हैं।

इन नियमों पर अमल करनेवाले मनुष्य स्वास्थ्य, सौन्दर्य यौवन और दीर्घायु सन्तान को प्राप्त करते हैं।

अपरिग्रह

परिग्रह का दूसरा नाम "विलासिता" है अधिक विलास पूर्ण सामग्रियों का व्यवहार करने से मनुष्य की शान्ति

भावनायें नष्ट हो जाती हैं। इसमें कई प्रकार के अत्याचार भी करना पड़ते हैं। जिस मनुष्य का खर्च विलासिता के कारण आमदनी से अधिक होता है वह अन्त में रिश्वतखोरी या बेई-मानी पर उतारू होता है। जो कि भयङ्कर नैतिक पाप है। इसके अतिरिक्त शौकीनी से मनुष्य की प्रवृत्तियाँ चञ्चल होती हैं एक वस्तु प्राप्त होने पर दूसरी वस्तु प्राप्त करने को जी चाहता है। कोट मिलने पर वास्कट की, उसके पश्चात् पैण्ट की, घड़ी की, छड़ी की, बूट की, सुन्दर कमरे की; मुलायम बिछौने की, व ढ़ेया पलङ्ग की आदि अनेक बातों की आवश्य-कतायें बढ़ती जाती हैं। ये सब बातें अन्त में मनुष्य को अनीति और अनाचार के गड्ढे में ढकेल देती हैं।

इसलिए मनुष्य को अपना जीवन सादगीमय बनाना चाहिए। कपड़ा, रहन सहन आदि सब बातें सादी और साफ होने से मन प्रसन्न और आत्मा सतोगुणमय रहती है। आमदनी की अपेक्षा आवश्यकतायें कम होने से मन बेईमानी और रिश्वतखोरी की ओर नहीं झुकता। तथा विलासिता और भड़कीले पन से भविष्य में जो एक भयङ्कर कुफल के फलने की जो आशङ्का रहती है वह भी इससे नहीं रहती।

सप्तव्यसंन

व्यसन ऐसी आदतों को कहते हैं जो एक बार लगे पीछे बहुत कठिनाई से छूटती हैं। ये सात प्रकार के होते हैं। जुआ खेलना, मांस खाना, मद्य पीना, वैश्या गमन, शिकार खेलना, चोरी करना और परस्त्री गमन। ये सब बातें दुराचार के अन्तर्गत परिगणित होती हैं। अतः सदाचारी आदमी को इससे बचना चाहिए। मांस, वैश्या, शिकार, चोरी पर स्त्री

में छान लो। यदि खुशबुदार बनाना होतो किसी किस्म के इत्र को सुगंधी दे दो।

अर्क कपूर—रेक्टी फाईड स्प्रिट ८ भाग असली कपूर १ भाग इन दोनों को शीशी या बोतल में भर कर बंद कर दो पाँच, छ घंटे के पश्चात् अर्क कपूर बन जायगा।

सादा साबुन—सोड़ा एक सेर लेकर पानी में भिगो दो जिस दिन सोड़ा भिगोयो उस दिन बार २ सोडे को हिलाते रहो दूसरे दिन गिरी का तेल आठ सेर लेकर उसे कढ़ाई में गर्म करो। फिर उस सोड़े के पानी को धीरे २ धार बाँधकर तेल में छोड़ते जावो और हिलाते रहो। जब यह शहद के समान गाढ़ा और एकदिल हो जाय तब इच्छानुसार रंग और खुशबू मिला दो। फिर साँचों में भर दो। साबुन तैय्यार हो जायगा।

कार्बोलिक साबुन—साबुन विंडसर १२ हिस्से और १ हिस्सा कार्बोलिक एसिड पहिले विंडसर साबुन को आग पर रख कर गला लो गल जाने पर कार्बोलिक एसिड मिला दो और बट्टी बना लो।

बाल उड़ाने का साबुन—बेरियम सल्फाईड एक तोला, गेहूँ का सत एक, तोला कपूर एक मासा, मेरठ का सफेद साबुन ३ तोला, इन सब को महीन पीस लो फिर आँच देकर टिकिया बना लो।

हिंगाष्टक चूर्ण—सोंठ, कालीमिर्च, पीपर, अजमोद, सेंधा नोन, सफेद जीरा, और स्याह जीरा, इन सब को बराबर लेकर कूट पीस लो, फिर इन सब चीजों के आठवें भाग के बराबर बढ़िया हींग लेकर उसे घी में भून लो और पीस कर ऊपर के चूर्ण में मिला दो।

लवण भास्कर चूर्ण—संचरनोन ५ तोला, समन्दर नोन ४

तोला, सुखा अनारदाना ४ तोला, छोटी इलायची के बीज आधा तोला, बिड़नोन २ तोला, सेंधानोन २ तोला, धनियां २ तोला, पीपर २ तोला, पीपरा मूल २ तोला, काला-जीरा २ तोला, तेज पात २ तोला, नागकेशर २ तोला, तालीस पत्र दो तोला, अमलबेत २ तोला, कालीमिर्च २ तोला, सफ़ेद जीरा दो तोला और सोंठ २ तोला इन सब को कूट पीस कर चूर्ण कर लो, पीछे शीशी में भर दो।

दिल पसन्द ठंडाई—खीरा-ककड़ी के बीज २ तोला, धनियाँ २ तोला, केवड़े के फूल २ तोला, गुलाब के फूल २ तोला, काहू के बीज २ तोला, कुलफे के बीज २ तोला कासनी २ तोला, सौंफ २ तोला, कालीमिर्च २ तोला, सफ़ेद मिर्च २ तोला, छोटी इलायची १ तोला, खस १ तोला, सफ़ेद चन्दन का चूरा १ तोला और कमल गट्टे की गिरी १ तोला (भीतर की हरी पत्ती निकाल कर) को कूट कर डिब्बे में भर दो।

बिजली का ताबीज—जस्त और तांबे के तारों को आपस में लपेट कर फलालेन के कपड़े में सिलवा लो फिर दोनों ओर फीते लगवालो जिससे कि बाँधने में सुविधा हो। यह बच्चों के गले में डालने से दाँत निकलने में सुविधा होती है।

कपड़े धोने का साबुन—चूना २॥ सेर, और सज्जी ५ सेर इनको २० सेर पानी में भिगो दो फिर नारियल का तेल २॥ सेर गरम कर के उसमें चूना और सज्जी का पानी डालते जाओ, जब गाढ़ा हो जाय तब सांचे में भर कर रख दो, ठंडा होने पर निकाल लो और टिकिया बना लो।

अनेक रोगों की एक दवा—अजवाइन का सत १ तोला, पीपर मेंट का सत तोला, कपूर १ तोला तीनों को शीशी में बंद कर धूप

लगादो। इन सब का कुछ समय के बाद पीले रंग का एक तरल पदार्थ बन जायगा। इसको बताशे में २या३ बूंद मिला कर खाना चाहिये। इससे कई रोग आराम होते हैं।

नमक सुलेमानी—सुहागा, नौसादर, सज्जी, जवाखार, निमक, सोंठ, पीपर, बड़ी इलायची, चीता, अजवायन, मोद, वायविड़ङ्ग, कालीमिर्च इन सब को बराबर पीस लो और शीशी में भर दो।

ताम्बूल विहार—इलायची के बीज दो तोला, मुलेठी तोला, गाद इम मजमुआ १ सेर इन सब को पीस कर करो, यदि पतला हो तो अरारोट मिला दो, फिर जैसी चाहो मिला दो। ताम्बूल विहार बन गया।

बढ़िया कलई—पारा १ तोला, राँगा १ तोला, राँगे को कर उसमें पारा मिला दो। फिर नौसादर का कर बर्तन पर लगावो फिर ऊपर की मिली हुई वस्तु खूब रगड़ो कलई हो जायगी।

गुलाब का शरबत—साफ किये हुए गुलाब के पाव भर को लाकर एक बर्तन में भिगो दो और रात भर भीगने सवेरे २॥ सेर पानी में आँच देकर उसका रस निकाल फिर ४॥ सेर शकर या बूरा उसमें डाल कर चासनी जब चासनी बहने लायक रहे उतार लो। याद रहे चा गाढ़ी न हो जाय नहीं तो जम जाने का डर है।

कान्तिकारक लेप—लाल चन्दन, मजीठ, लोध, कूट, कि के फूल, बड़ के अंकुर और मसूर इन सबों को बराबर २ ले पानी के साथ सिल पर पीस लो। यह लेप लगाने से सुन्दर हो जाता है।

डाक संबंधी नियम

कार्ड—भारत में पोस्टकार्ड)॥ पैसे को मिलता है और जवाबी -) को। पोस्ट कार्ड पर जहाँ Address Only लिखा रहता है वहां सिर्फ पता ही लिखना चाहिये नहीं तो कार्ड बेरंग हो जायगा। यदि सरकारी कार्ड के नाप व वजन का सादा कार्ड भेजना हो तो उस पर आध आना का टिकट लगाकर भेज सकते हैं। उस पर भी पता उसी प्रकार लिखना चाहिये जैसा कि सरकारी पोस्ट कार्ड पर लिखते हैं।

चिट्ठी-का महसूल २॥ तोला या इसके ऊपर -) लगता है।

बुकपोस्ट—इसमें पुस्तकें, विज्ञापन, नकशे, फोटो, प्रूफ या छपी हुई चीजें भेज सकते हैं। इसका महसूल फी. ५ तोले पर)॥ के हिसाब से लगता है।

पार्सल—इसमें हर प्रकार की वस्तुएँ जा सकती हैं। पर कोई तरल पदार्थ जिसका कि पैकिंग ठीक न हो नहीं जा सकता। पार्सल के साथ में चिट्ठी भी नहीं जा सकती। यह बेरंग नहीं भेजी जा सकती। इसका महसूल २० तोला पर ⅃) ऊपर हो तो ४० तोले पर ≈) या इससे अधिक ५॥ सेर तक फी० ४० तोला ≈) फिर ।) के हिसाब से लगता है।

रजिस्ट्री—वी० पी०, हुन्डी, पार्सल, चेक, टिकिट, चिट्ठी, पाकेट, कार्ड आदि हर प्रकार की वस्तुएँ रजिस्ट्री से जा सकती हैं। इसका महसूल, डाक महसूल के अलावा ⅃) की रजिस्ट्री के साथ लगता है। यदि जवाबी रजिस्ट्री करना हो तो उसका -) आने का टिकट अलाहिदा लगता है।

बीमा रजिस्ट्री—नोट, सिक्का, सोना, चांदी, जवाहरात, गहने आदि कीमती चीजों का हर समय बीमा करना देना

चाहिये। बीमा करने पर यदि वह चीज़ खो जायगी तो पोस्ट आफिस उसकी देनदार रहेगी। जितने रुपयों का बीमा कराया जायगा उतने ही रुपये की पोस्ट आफिस देनदार होगी। चाहे बीमा में वास्तविक रकम से कम या ज्यादे हो। बीमे का महसूल ≈) प्रति सैकड़ा लगता है।

मनीआर्डर—मनीआर्डर ६००) तक हो सकता है। इससे अधिक नहीं हो सकता। इसमें सवा डेढ़ या पौन आना नहीं जा सकता। कम से कम।) तक का मनीआर्डर हो सकता है। महसूल १०) या उसके अंश पर ≈) लगता है। उससे अधिक २५) पर।) और १००) पर १) होता है।

तार का मनीआर्डर—इसमें ऊपर के मनीआर्डर के नियम के सिवाय तार का खर्च अलग देना पड़ता है। एक्सप्रेस तार का खर्च १॥) और मामूली तार का खर्च ॥।) लगता है। यह भी मामूली तार के फार्म पर लिख कर भेजा जाता है। सिर्फ़ बगल में *By telegraph* और आगे *Express* या *Ordinary* लिखना चाहिये। इसमें भी कूपन पर समाचार भेज सकते हैं। आर्डिनरी तार के समाचार -) प्रति शब्द और एक्सप्रेस के =) प्रति शब्द अधिक लगता है।

बेरङ्ग महसूल—विना टिकट के पोस्टकार्ड या लिफ़ाफ़े या अन्य कोई चीज़ भेजने से वह बेरङ्ग हो जाती है और उसका महसूल असली महसूल से दूना पानेवाले से लिया जाता है। यदि पानेवाला इस बेरङ्ग वस्तु को वापस कर देता है तो भेजनेवाले को दूना महसूल देना पड़ता है। दूना महसूल न देने से उसके पोस्ट आफिस संबंधी सब काम काज बन्द कर देते हैं।

सार्टिफिकेट—विना रजिस्ट्री के कोई वस्तु पोस्ट आफिस तक पहुँचने का दाखला। इसका भी एक फ़ार्म आता है उस

फार्म पर ६ पते लिखने की जगह होती है। यदि छहों पते पर कुछ भेजना हो तो)॥ का टिकट लगाना चाहिये यदि तीन पते और तीन पते से कम पते पर भेजना हो तो)। का टिकट लगाना चाहिये।

वेल्युपेबिल (वी० पी०) १०००) तक की हो सकती है। इसमें बीमा रजिस्ट्री अथवा रजिस्ट्री पत्र, पार्सल व बुक-पोस्ट आदि जा सकते हैं। रजिस्ट्री का महसूल या वजन का महसूल या अन्य किसी प्रकार का महसूल भी वी• पी० की रकम में जोड़ लेना चाहिये। और फिर फार्म पर लिखना चाहिये। क्योंकि वी० पी• के उतने ही रुपये आवेंगे जो फार्म पर लिखे हुए होते हैं। वापस रुपये आने की मनीआर्डर फीस पाने वाले से ली जाती है।

पोस्ट आफिस सेविंग्स बैंक—यह बैंक प्रायः सभी पोस्ट में रहता है। इसमें प्रत्येक व्यक्ति अपने या अपने संबन्धी या मित्र या नाबालिग और पागल आदि के नाम से भी रुपया जमा करा सकता है। एक व्यक्ति के नाम पर एक ही पोस्ट में रुपया जमा होगा और किसी एक के खाते पर दूसरे का खाता भी नहीं चढ़ सकता।

इसमें ।) से कम रकम जमा नहीं की जाती। और सवा डेढ़ या पौन आने का भी हिसाब नहीं रखा जाता। जब चाहिये तब लेने के इकरार से एक वर्ष में ७५० से ज्यादा जमा नहीं किया जाता। और ५००० से अधिक किसी भी हालत में जमा नहीं रह सकता। नाबालिग की ओर से सिर्फ एक हजार रुपया जमा रह सकता है। एक सप्ताह में सिर्फ एक ही बार रुपये वापस हो सकते हैं। ब्याज ३) सैकड़ा प्रतिवर्ष मिलता है। यदि सेक्युरेटि और प्रोमेसरी नोट बैंक में रखे जायँ तो

ज्यादा रकम जमा हो सकती है और उसका ब्याज भी मि
मिलता है। पास बुक से लेन देन और ब्याज का जमा ब
बराबर होता रहता है।

जिस खाते में (१०) का कम रकम रह गई हो वह १ व
जिसमें (१०) से अधिक किन्तु १००) तक रह गई हो वह ११
तक और जिसमें १००) से अधिक रह गई हो वह १२ वर्ष
बिना लेन देन के रहे तो वह रकम लावारिस समझी जा
और उसका रुपया फिर नहीं मिलेगा।

तार के साधारण नियम-तार दो प्रकार का होता
(१) एक्सप्रेस (२) आर्डिनरी। एक्सप्रेस तार हर रोज लि
जाता है और आर्डिनरी के पहिले भेजा जाता है। आर्डि
नरी तार छुट्टियों छोड़कर बाकी दिनों में लिया जाता है और ए
प्रेस के बाद भेजा जाता है। महसूल एक्सप्रेस का १२ श
तक १॥) आगे प्रति शब्द =) के हिसाब से और आर्डिनरी
शब्दों तक ॥।) आगे प्रतिशब्द -) के हिसाब से लिया जाता
इसमें लिखे हुए पतेके भी शब्द जोड़े जाते हैं इसलिये भेजनेवा
अपना पूरा पता लिखे या अधूरा लिखे या बिलकुल ही न लि
यह उसकी इच्छा पर निर्भर है।

तार जवाबी भी जा सकता है इसका महसूल साधा
तार से ॥।) अधिक देना होता है। यदि वापस जवाब न भे
गया हो तो Officer in charge of the Telegraph cha
office Calcutta को जमा की तारीख से दो माह के अ
लिखना चाहिये देर हो जाने से दाम वापस न मिलेगा।

तार तामील होने की तारीख और समय मांगने का च
॥।) लगता है

... में काम करने का समय रोज का अलग अ

छुट्टियों का अलग होता है। छुट्टी के दिन आर्डिनरी तार नहीं लिया जाता। आफिस बन्द होने के बाद १) लेट फ़ीस देने से सिर्फ एक्सप्रेस तार लिया जा सकता है।

नोट—पोस्ट आफिस सम्बन्धी विशेष नियम की जानकारी के लिये 'पोस्ट एण्ड टेलीग्राफ गाईड' मँगाकर देखें। जिस टिकट पर Service ऐसा छपा हो तो उसे सर्वसाधारण लोगों को काम में न लाना चाहिये। लाने से पोस्ट आफिस केस चला सकती है।

रेलवे के साधारण नियम

(१) तीन वर्ष तक के लड़के से किराया नहीं लिया जाता इसके बाद बारह वर्ष तक के बालकों का आधा किराया लगता है।

(२) जाने आने का (Return) टिकिट छ माह तक का मिलता है। इसका लेनेवाला यदि समय पर न लौट सकता हो तो बाकी मियाद ही में वह अपना टिकिट जहाँ से लौटनेवाला हो उस स्टेशन पर वापस करे तो उसे एक बार का पूरा महसूल मिलेगा। रिटर्न टिकिट दूसरे मुसाफिर को नहीं बेच सकता है।

(३) पहिले दर्जे का आदमी १॥ मन, दूसरे का ३० सेर, ड्योढ़े का २० सेर और तीसरे दर्जे का आदमी १५ सेर वजन अपने साथ ले जा सकता है। इस वजन में खाना, लकड़ी, बिस्तरा, खाने का सामान आदि का वजन नहीं गिना जाता। आधे टिकट का आधा बोझा होना चाहिये।

(४) यदि ज्यादा वजन हो तो उसका लगेज हो सकता है। लगेज किये हुए सामान को यदि मुसाफिर चाहें तो अपने पास या गार्ड के पास रख सकता है।

तरह माल भेजने में महसूल ज्यादा लगता है
शीघ्र पहुँच जाता है। मालगाड़ी से महसूल
पर अलग लगता है और कम लगता है पर
करके पहुँचता है।

(१६) पार्सल और गुड्स का माल भेजने
महसूल पहिले या पीछे जैसे चाहे वैसे दे
बिगड़नेवाली वस्तुओं का महसूल पहिले ही
माल भेजने वाले को रेल्वे की तरफ़ से रसी
वह रसीद जिस स्टेशन पर माल भेजा है वहाँ
माल मिल सकता है। रसीद गुम जाने से
पर इकरार नामा लिख कर माल ले सकते हैं।

(२७) किसी भी प्रकार का ज्यादा लिया
वापस लेना हो तो ६ माह के अंदर ट्राफ़िक सु
लिखना चाहिये।

(२२) माल यदि गुम गया हो तो उसके
लिखना चाहिये। यदि रेल्वे कंपनी दाम दे
या आनाकानी करे तो कोर्ट में नालिश करना

लगेज और रेल्वे पार्सल का महसू

(२४) २॥ सेर तक फी ५०० मील की दूरी
पर ।=) और अधिक से अधिक दूरी पर १॥)
से अधिक पाँच सेर तक फी० २५० मं
कम अंश पर—।=) व कितनी ही दूर पर
लगेगा। इसके आगे अधिक महसूल के लिये
नकशे से देख लें।

दूरी मीलों में	दस सेर	बीस सेर	तीस सेर	एक मन
मील तक	रु. आ.	रु. आ.	रु. आ.	रु. आ.
२५	० ६	० ६	० ६	० ६
५०	— ६	— ६	— १२	— १२
७५	— ६	— १२	१—१	१—१
१००	— ६	— १२	१—१	—१—७
१२५	— १२	१—१	१—७	—१—१३
१५०	— १२	१—१	१—७	२—२
१७५	— १२	१—७	१—१२	२—८
२००	— १२	१—७	२—२	२—१३
२२५	१—१	१—१३	२—८	३—२
२५०	१—१	१—१३	२—१३	३—९
२७५	१—१	२—२	३—३	३—१५
४५०	१—१	२—२	३—३	४—४
४७५	१—७	२—८	३—१४	४—१०
५००	१—७	२—८	३—१४	४—१५
५२५	१—७	२—१३	४—४	५—५
६००	१—७	२—१३	४—४	५—१०
६२५	१—१३	३—३	४—१५	६—०
६५०	१—१३	३—३	५—१५	६—६
६७५	१—१३	३—९	५—५	६—११
७५०	१—१३	३—९	५—५	७—१
७७५	२—०	३—१४	५—१०	७—७
९००	२—०	३—१४	५—१४	७—१२
९२५	२—३	४—४	६—३	८—२
९५०	२—३	४—४	६—९	८—७
१०५०	२—३	४—७	६—११	८—१३

नोट—विशेष हाल जानने के लिये रेलवे की नियमावली मँगवा कर देखिये।

तरह माल भेजने में महसूल ज्यादा लगता है पर माल बहुत शीघ्र पहुँच जाता है। मालगाड़ी से महसूल अलग २ चीज़ों पर अलग लगता है और कम लगता है पर माल बहुत देर करके पहुँचता है।

(१८) पार्सल और गुड्स का माल भेजने वाला आदमी महसूल पहिले या पीछे जैसे चाहे वैसें दे सकता है। शीघ्र बिगड़नेवाली वस्तुओं का महसूल पहिले ही लिया जाता है। माल भेजने वाले को रेल्वे की तरफ़ से रसीद मिलती है। वह रसीद जिस स्टेशन पर माल भेजा है वहाँ पर बताने से माल मिल सकता है। रसीद गुम जाने से ॥।) के स्टाम्प पर इकरार नामा लिख कर माल ले सकते हैं।

(२७) किसी भी प्रकार का ज्यादा लिया हुआ महसूल वापस लेना हो तो ६ माह के अंदर ट्राफ़िक सुपरिटेन्डेएट को लिखना चाहिये।

(२२) माल यदि गुम गया हो तो उसके लिये रेल्वे को लिखना चाहिये। यदि रेल्वे कंपनी दाम देने में देरी करे या आनाकानी करे तो कोर्ट में नालिश करना चाहिये।

लगेज और रेल्वे पार्सल का महसूल

(२४) २॥ सेर तक फी ५०० मील की दूरी या उससे कम पर।=) और अधिक से अधिक दूरी पर १॥) तथा २॥) सेर से अधिक पाँच सेर तक फी० २५० मील या उससे कम अंश पर—।=) व कितनी ही दूर पर भेजा जाय ३) लगेगा। इसके आगे अधिक महसूल के लिये नीचे लिखे हुए नकशे से देख लें।

पाक शास्त्र

पाक शास्त्र की आवश्यकता

भारतीय गृहिणियों के लिए पाकशास्त्र का ज्ञान आवश्यक ही नहीं अनिवार्य्य है। हमारे घरों में हमारे भोजन का भार हमारी गृहिणियों पर ही रहता है यह व्यवस्था आज ही से से नहीं सनातन काल से चली आती है। पूर्वकाल में बड़ी २ सती स्त्रियाँ अपने पति और कुटुम्बियों को अपने हाथ से भोजन बनाकर खिलाती थीं। वे पाकशास्त्र की कला में पारङ्गत होती थीं, इसीसे उनका बनाया हुआ भोजन, शुद्ध, साफ़, सुन्दर संस्कारों से युक्त और स्वस्थ कर होता था। पर आजकल की कई ललनाएं इस विषय से अपरिचित होती हैं। वे कच्चा, पक्का, वाहियात भोजन बनाकर अपने कुटुम्बियों को खाती हैं, जिस से उनके घर के लोगों का स्वास्थ्य ठीक नहीं रहता। अतएव यह आवश्यक है कि प्रत्येक भारत रमणी इस विषय में पारङ्गतता प्राप्त करे। यदि तरह २ का भोजन बनाना न आवे तो कोई चिन्ता नहीं पर जितना भी भोजन बनाया जाय वह साफ़, पका हुआ, और स्वस्थकर होना चाहिए। इस छोटीसी पुस्तक में इस विषय पर ज्यादा न लिख कर हम कुछ चीजें बनाने की विधि नीचे देते हैं। जिन बहनों को इस विषय में विशेष ज्ञान प्राप्त करने की इच्छा हो वे पाकशास्त्र संबंधी दूसरी पुस्तकें मंगवा कर देखें।

शाक

आलू का शाक—आलुओं को उबाल कर उन्हें छीलना चाहिये। फिर उनके गट्टे करके मसाला मिलाकर घी में छौंक

देना चाहिये कुछ समय के बाद दही की खटाई देकर उतार लेना चाहिये।

भिंडी का साग—भिंडी के पेट को चीर करके उसमें मसाला भर दें और फिर उसे छौंक देना चाहिए। इस साग पर ढकनी नहीं ढकना चाहिये और न पानी ही डालना चाहिये। यदि ऐसा किया तो भिंडी चिकनी हो जायगी।

आमका साग—आम को छिलकर उसके गट्टे कर लें। फिर मसाला मिलाकर जीरा हींग के बघार के साथ छौंक दें। थोड़ी देर के पश्चात् कुछ मसाला और थोड़ीसी शक्कर डालकर उतार लेना चाहिए।

कढ़ी—मट्ठा के साथ बेसन को घोलकर उसमें मसाला मिला दें। फिर बघार देकर उसमें बेसन मिले हुए मट्ठे को छौंक दें। कढ़ी को जितनी आँच ज्यादा दी जायगी उतनी ही कढ़ी अच्छी बनेगी। सुविधानुसार आँच देकर पक जाने पर उतार लें।

रायता—दही का मट्ठा बना कर उसमें मसाला मिलाना चाहिये। फिर यदि मीठा रायता बनाना होतो थोड़ी शक्कर और मिला देना चाहिये। नहीं तो वैसाही रखना चाहिये। फिर उसमें पकौड़ी, दाख आदि जिसका रायता बनाना हो डालकर मेथी हींग का बघार दे देना चाहिये।

नोट—इसी प्रकार और भी साग, रायते आदि बनाना चाहिये इस पुस्तक में स्थाना भाव के कारण हम ज्यादा नहीं लिख सकते।

पकवान

मूंग की दाल का हलवा—मूंग की दाल को गलाकर उसके छिलके हटा दें। फिर उसे पीस लें। जितनी मूंग की दाल लीं

हो उतना ही घी लेकर उसमें धीमी २ आंच से दाल को सेंकना चाहिये। जब लाल हो जाय तब उसमें दाल से ड्योढ़ी चीनी का रस धीरे २ डालें और कलछी से चलाये। रस खतम हो जाने के बाद थोड़ी देर तक और रखकर उतार लें। फिर उसमें मेवा वगैरह डाल दें।

आलू का हलवा—आलुओं को उबाल कर साफ करे और उनका भरता बना लें फिर बराबर घी डालकर उपरोक्त रीति से सेकें। जब आलू पर लाली आजाय तब उसी प्रकार रस डाले और घी छोड़ देने पर हो जाने पर उतार लें। फिर मेवा डाल दें।

हरे चने का हलुवा—चनों को पीस कर उसमें थोड़ा बेसन मिला दें। फिर बराबर घी के साथ खूब सेके जब खुशबू आने लगे तब उपरोक्त रीति से चीनी का रस डाल कर उतार ले फिर मेवा डाल दे।

इसी प्रकार सूजी, शकरकंद, आदि का हलुवा बना सकता है।

आम की बर्फी—२५ बढ़िया आम का रस निकाल लें और फिर उस रस को घी के साथ सेकें जब कीटी बन जाय उतार लें। इस कीटी में मसाला, और खोया मिला दें। फिर १॥ सेर शक्कर की चासनी बनावें। जब चासनी गोटीबन्द आ जाये तब उसमें केशर डालकर उसे उतार लें। ठण्डी हो जाने पर उसमें कीटी मिला कर थालियों में डाल दें। ऊपर से कुछ मसाला और चांदी के बरक लगा दें।

नोट—चासनी को बहुत नहीं घोटना चाहिये नहीं तो कंद नहीं पड़ेगा।

नारियल की बर्फी—नारियल की गरी को कसनी परकस लेना चाहिये। फिर उपरोक्त चासनी की तरह ही चासनी लेकर

दिन काँचनी से कोंच डाले। इसके बाद, अमरूद की पर्त और सोहागे के पानी के साथ अलग २ उबाले। फिर दे तोले मिश्री के साथ पानी में उबालें। डेढ़ तार की चासनी में इन आंवलों को डाल कर पकावें। खूब पक जाने पर छोटी इलायची का चूरा और गुलाब का इत्र छोड़ कर उतार लें।

आम का मुरब्बा—आम छील कर उनके कतले करके काँचनी से कोंच कर चूने के पानी में भिगो दे, दो घंटे के बाद साफ पानी से धो डाले। इसी प्रकार नमक से भी धो डालें फिर एक छटांक मिश्री के पानी के साथ उबाल लें फिर सूखे कपड़े पर रख कर उनका पानी सूख जाने दे। एक तार की चाशनी में फिर इनको डाल कर खूब पकावे, पक जाने पर केशर, इलायची, आदि डाल कर उतार लें।

इसी प्रकार पेठा, केला आदि का भी मुरब्बा बनता है।

सन्तान-पालन

आज कल भारतवर्ष में सन्तान-पालन की ओर बिलकुल ध्यान नहीं दिया जाता। इसी कारण यहाँ के बच्चे हमेशा रोगी, दुबले और कमजोर रहते हैं। तथा भविष्य में भी वे स्वास्थ्य लाभ नहीं कर सकते। उनका पेट तो फूल कर बल हो जाता है और हाथ पांव सूख जाते हैं। इन सब का कारण माता पिता की वेपरवाही है। बच्चा तीन चार महीने का हुआ नहीं कि खाने को अन्न दे दिया जाता है। बच्चे को जहाँ चाहे वहीं लेटा दिया जाता है, न सर्दी की परवाह की जाती है न गर्मी की। ऐसी स्थिति में यदि बच्चे का स्वास्थ्य बिगड़ जाय तो क्या आश्चर्य्य।

हम यहाँ सन्तान-पालन के कुछ नियम लिखते हैं। इन

नियमों के अनुसार चलने से बहुत कुछ लाभ की सम्भावना है।

(१) नव-जात बालक को पहले शहद चटाना चाहिए। उसके बाद मा का दूध पिलाना चाहिए। उसके पश्चात् बालक को धीरे २ गाय का दूध देना चाहिए।

(२) जब लड़का तीन चार मास का हो जाय तब उसको टीका लगाना चाहिए। टीका दिला देने से माता निकलने का डर बहुत कम रहता है।

(३) जब लड़का सात आठ मास का होता है तब उसको दाँत निकलना प्रारम्भ होते हैं। इस समय कई बच्चों को बड़ी तकलीफ होती है। दस्त लगते हैं, बुखार आता है। इत्यादि, ऐसे समय में बच्चों को "ग्राइपवाटर" पिलाना चाहिए।

बालकों की बीमारी का प्रधान कारण उनका भोजन समझना चाहिए। अनियमित आहार या खराब दूध देने से बच्चे बीमार हो जाते हैं। कण्डेन्स-मिल्क या किसी प्रकार का विलायती दूध बच्चों को नियमित रूप से न देना चाहिए। बोतल में रख कर दूध पिलाने की प्रणाली और भी खराब है।

अगर बच्चा दूध पीकर उसे वापस उगलदे तो ऐसी स्थिति में उसे होमियोपैथी की "इथुजा" नामक दवा देना चाहिए।

सर्दी के दिनों में बच्चों को मुलायम ऊनी वस्त्र पहनाना चाहिए, तथा उन्हें मुलायम और ऊंचे बिछौने पर सुलाना चाहिए। क्योंकि बच्चों का चमड़ा बहुत पतला होता है जिससे उन्हें सर्दी बहुत जल्दी लग जाती है।

हमारे देश में बच्चों को छः मास से ही अन्न देना शुरू कर देते हैं। यह बहुत खराब प्रथा है। इससे बच्चों की हाज़मा शक्ति बिगड़ जाती है। जिसमें वे कमजोर हो जाते हैं। जब तक बच्चों के दांत पूरी तौर से न निकल जायँ तब तक अन्न नहीं देना चाहिए। प्रकृति बच्चों को दाँत उसी समय देती है जब उनकी हाजमा शक्ति अन्न पचाने के लायक हो जाती है।

बच्चों की कुछ बीमारियां और उनका इलाज

(१) यदि बच्चों को दस्त कब्ज होती हो तो होमियोपैथिक नक्स भौमिका (6 ×) की तीन खुराक देना चाहिए। अथवा ६ माशे परएडी का तेल दूध में मिला कर देना चाहिए।

(२) यदि बच्चों के पेट में कीड़े या चुन्ने पड़ गये हों तो उसे गरम पानी में केस्ट्रा आइल मिला कर एनीमा देना चाहिए।

(३) अगर बच्चे को डिब्बे की (ब्रॅंकोनिमोनिया) हो तो तुरन्त एकोनाइट और ब्रायोनिया (३० शक्ति) की क्रमशः एक २ खुराक देना चाहिए।

चौथा अध्याय

दर्शनशास्त्र

सांख्य दर्शन

साँख्य दर्शन के स्थापिता "कपिलमुनि" हैं। ये कौन थे, कब हुए और इनके माता पिता कौन थे आदि बातें जानने के लिये कोई ऐतिहासिक आधार नहीं। अतः इस विषय में हम अधिक विवेचन न कर अपने प्रधान विषय की ओर झुकते हैं।

साँख्य दर्शन के अन्तर्गत सृष्टि की उत्पत्ति और विनाश में दो तत्त्व प्रधान माने गये हैं। पहला पुरुष और दूसरा प्रकृति। इनमें से "पुरुष" (आत्मा) अपरिणामी, अचल और अपरिवर्तनशील है। और प्रकृति परिणामी तथा सर्वविदित से हुई है। यह प्रकृति २४ प्रकार की है। यथा—(१) मूल प्रकृति (२) महत्तत्त्व (३) अहंकार (४) पाँच तन्मात्राएँ (रूप, रस, गन्ध, स्पर्श और शब्द) (५) पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ (६) पाँच कर्मेन्द्रियाँ (७) मन (८) आकाश (९) वायु (१०) जल (११) अग्नि और (१२) पृथ्वी। इनमें पुरुष मिलाकर सांख्य के कुल २५ तत्त्व माने हैं।

सृष्टि रचना

प्रकृति सत्व, रज और तम इन तीन गुणों से युक्त त्रिगुण
त्मक है। इसकी प्रारम्भिक अवस्थामें येतीनों गुणसाम्यावस्थ
में रहते हैं। यह प्रकृति अज्ञानमयी है। यह अपने स्वाभावि
आकर्षण से लोह चुम्बक की तरह पुरुष को अपनी ओर आक
र्षित करती है। जब उसपर पुरुष का प्रतिबिम्ब पड़ता है त
उसमें एक प्रकार की कम्पन या हरकत उत्पन्न होती है
जिससे इन तीनों गुणों की साम्यावस्था नष्ट हो जाती है। वह
यहीं से सृष्टि का अस्तित्व प्रारम्भ होता है। इस कम्पन से
तव से पहले ज्ञान रूप महत्तत्व (बुद्धि) की उत्पत्ति होती है।
महत्तत्व से अहंकार की उत्पत्ति होती है। यह अहंकार
सात्विक, राजसिक और तामसिक ऐसे तीन प्रकार का होता
। सात्विक अहंकार से पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ, पाँच कर्मेन्द्रियाँ,
और एक मन की उत्पत्ति होती है और तामसिक अहंकार से
पाँच तन्मात्राओं की। इन पाँच तन्मात्राओं से पंच महाभूत की
की उत्पत्ति होती है और इन्हीं पंच महाभूतों से स्थूल शरीर
और स्थूल जगत् की उत्पत्ति होती है।

यहाँ यह बात स्मरण रखना चाहिए कि आधुनिक पदार्थ
ज्ञान भी सांख्य ही की तरह किसी तरह की कम्पन या
हरकत ही से सृष्टि की उत्पत्ति मानता है।

सांख्य तीन प्रमाणों को प्रधान मानता है। प्रत्यक्ष, अनु-
मान और आगम। वह इन तीनों ही प्रमाणों से ईश्वर को
असिद्ध मानता है। एक स्थान पर उसने स्पष्ट "ईश्वरासिद्धेः"
(ईश्वर असिद्धे) ईश्वर असिद्ध है ऐसा कह दिया है।
(सांख्य सू० १—९३)

सांख्य दर्शन "सत्कार्य्यवाद" को मानता है, यह कहता है कि न तो असत् वस्तु से सत् की उत्पत्ति हो सकती है और न सत् से असत् की उत्पत्ति होती है सब वस्तुएँ सत् रहती हैं और उन्हीं से सत् की उत्पत्ति होती है। केवल रूप में परिवर्तन होता है। वैशेषिक और न्याय वाले सत् से असत् की उत्पत्ति मानते हैं।

योग दर्शन

योग दर्शन के रचयिता पातञ्जलि मुनि हैं। इसलिये इसको पातञ्जलि दर्शन भी कहते हैं।

योग दर्शन कई बातों में सांख्य दर्शन से मिलता है। यह भी सांख्य ही की तरह २५ तत्वों को मानता है। अन्तर इतना ही है कि कपिल मुनि ने ईश्वर का अस्तित्व नहीं माना है। पर पातञ्जलि उसका अस्तित्व मानते हैं। उन्होंने ईश्वर को छब्बीसवाँ तत्व माना है और कहा है कि "जगदीश्वर अपनी इच्छा के अनुसार शरीर धारण करके जगत् की रचना करते हैं।" इसी कारण कपिल दर्शन को निरीश्वर सांख्य और पातञ्जलि दर्शन को सेश्वर सांख्य भी कहते हैं।

पातञ्जलि कहते हैं कि चित्त की वृत्तियाँ भिन्न २ प्रकार की होती हैं। उन सब वृत्तियों के भिन्न भिन्न विषय निर्धारित हैं। जैसे देखने का विषय रूप और सुनने का शब्द है। अन्तःकरण को इन सब विषयों से दूर करके परमेश्वरादि ध्येय वस्तुओं में स्थापन करके एकाग्र हो जाने ही को योग कहते हैं। (योगश्चित्त वृत्ति निरोधः) इस योग के यम, नियम, प्राणायाम आदि आठ अङ्ग हैं।

पातञ्जलि के मत से तत्वज्ञान ही मोक्ष का मूल कारण

है। पुरुष अर्थात् आत्मा जड़ जगत् से बिलकुल भिन्न है। मनुष्य अज्ञान के कारण संसार में प्रवृत्त होकर "मैं सुखी हूँ" "मैं दुखी हूँ" "मैं कर्ता हूँ" आदि बातें सोचता है। तत्व ज्ञान इसी भ्रम के परदे को दूर करता है। जिससे मनुष्य इन सब बातों से परे होकर योग के द्वारा कैवल्य को प्राप्त कर अपने असली चिदानन्द स्वरूप में लीन हो जाता है। इस दर्शन में "योग" का बड़ा ही विशद विवेचन है।

वैशेषिक दर्शन

इस दर्शन के रचयिता महर्षि कणाद "परमाणुवाद" के प्रचारक थे। जिस प्रकार कपिल ने सृष्टि का मूल कारण प्रकृति और पुरुष को माना है। उसी प्रकार इन्होंने "परमाणु" को सृष्टि का मूल कारण माना है। कणाद कहते हैं कि परमाणु नित्य और अनादि हैं। सृष्टि के पूर्व ये अपनी अव्यक्तावस्था में रहते हैं। किसी अदृष्ट कारण विशेष से इनके अन्तर्गत एक प्रकार की कम्पन या गति उत्पन्न होती है। जिससे एक परमाणु दूसरे परमाणु की ओर आकर्षित होता है। और ये परमाणु आपस में मिलने लगते हैं। दो परमाणु मिलकर एक द्वयणुक और तीन द्वयणुक मिलकर एक त्रसरेणु बनता है। इसी प्रकार मिलते मिलते पृथ्वी के परमाणु पृथ्वी रूप में, जल के जल रूप में, अग्नि के अग्नि रूप में और वायु के वायु रूप में आ जाते हैं। इसी प्रकार होते होते समय पाकर इस सृष्टि की रचना होती है।

कणाद सृष्टि की उत्पत्ति के मूल तत्व छः मानते हैं (१) द्रव्य (२) गुण (३ कर्म (४) सामान्य (५) विशेष और (६) समवाय। विशेष नामक पदार्थ को मानने ही के कारण इनके दर्शन का

नाम वैशेषिक पड़ा है। इनमें से द्रव्य के नौ, गुण के चौबीस, कर्म के पांच और सामान्य के दो भेद माने हैं। आत्मा और चित्त भी द्रव्य के नौ भेदों में माने गये हैं।

महर्षि कणाद का यह परमाणुवाद विज्ञान की उन्नति के साथ ही साथ अधिकाधिक माननीय होता जा रहा है। जिस प्रकार भारतवर्ष में इस वाद के जन्मदाता "महर्षि कणाद" समझे जाते हैं उसी प्रकार यूरोप के अन्तर्गत यूनानी तत्ववेत्ता "डिमाक्रिटस" इस वाद का जन्मदाता समझा जाता है। आधुनिक काल में इस मत का प्रधान पुरस्कर्त्ता "डेल्टन" समझा जाता है।

न्यायदर्शन

इस दर्शन के कर्ता महर्षि गौतम हैं। इनका एक नाम "अक्षपाद" भी है।

न्याय दर्शन का मुख्य विषय न्याय अथवा तर्कशास्त्र है। भारतवर्ष में शायद सब से पहिले इन्हीं महर्षि ने तर्कशास्त्र को इतना विस्तृत कर दिया। यूरोप में इस वाद का जन्मदाता अरिस्टोटल कहलाता है। पर उसके तर्कशास्त्र को देखने से मालूम होता है कि यह गौतम के तर्क ही का सुधरा हुआ रूप है।

न्याय दर्शन भी वैशेषिक ही की तरह " परमाणुवाद " का मानने वाला है। वैशेषिक दर्शन में माने हुए पदार्थों के अतिरिक्त न्याय दर्शन में प्रमाण, प्रमेय, सिद्धान्त आदि सोलह पदार्थ और माने हैं।

प्रमाण

जिसके योग से किसी विषय का निर्णय किया जा सकता है उसे प्रमाण कहते हैं। वैशेषिक दर्शन में प्रत्यक्ष और अनु-

माण होते। प्रमाण माने हैं पर न्याय दर्शन
शब्द मिलाकर कुल चार प्रमाण माने हैं।
चारों प्रमाणों में बलवान् प्रत्यक्ष और अनु
अनुमान प्रकट न्याय दर्शन का सब से बड़ा
पर इसमें जो गहन चर्चा की गई है उससे
गौरव वृद्धि हुई है।

अनुमान का लक्षण बतलाते हुए इसमें
को देखकर कारण का निरूपण करना इसे अ
इसके पांच अङ्ग हैं। प्रतिज्ञा, हेतु, उदाहरण
निगमन। प्रतिज्ञा—"पर्वत पर आग है। हेतु
धुआँ निकल रहा है, उदाहरण-जहाँ से धुआँ
आग होती है जैसे रसोई घर, उपनय इस पर्व
निकलता है, निगमन इस लिए इस पर्वत पर
प्रकार हर एक बात को न्याय दर्शन गम्भीर त
सिद्ध करके पश्चात् ग्रहण करता है।

प्रमाण से जिस विषय का निश्चित ज्ञान होता
दर्शन प्रमेय कहता है। आत्मा, शरीर, इन्द्रिय,
मन, प्रवृत्ति, दोष, प्रेत्यभाव (बारम्बार मरणोत्प
दुःख और अपवर्ग, ये सब प्रमेय हैं। अनिश्चि
निश्चित करने को सिद्धान्त कहते हैं। इसी प्रकार
जन, दृष्टान्त, वाद, वितण्डा, छल आदि तेरह
विचार के अङ्ग बतलाये हैं।

यहाँ यह बात स्मरण रखना चाहिए कि गौतम
प्रमेयों के अन्तर्गत "ईश्वर" का नाम नहीं लिया है
भविष्य के टीकाकारों ने निर्माण कर्त्ता रूप में ईश्वर
है तथापि गौतम ने इस विषय में बिलकुल विवेचन नहीं

में, उपमान औ
पर उसने भी
मान हों को मा
माण है। अनुमा
स दर्शन की बु

कहा है कि कार
नुमान कहते हैं
, उपनय औ
क्योंकि यहां
निकलता है वह
त पर से धुआ
माग है। इस
है प्रणाली से

है उसे न्याय
विषय, बुद्धि,
त्ति) फल,
त विषय के
न्देह, प्रयो-
दार्थों को

ने बारह
। यद्यपि
को माना
ी किया

है। यदि ईश्वर को यह प्रमाण सिद्ध मानते तो अवश्य प्रमेयों में उसका नाम दिया जाता। इसी प्रकार का गोल माल कणाद के मूल सूत्र में भी पाया जाता है। इस गोल माल का कारण क्या है कुछ समझ में नहीं आता। क्या ये लोग अनीश्वर वादी थे?

मीमांसा दर्शन

यह दर्शन महर्षि "जैमिनी" का रचा हुआ है इस लिये इसे "मीमांसा दर्शन" भी कहते हैं। श्रुति विशेष का अर्थ समर्थन करना तथा वेद और स्मृति के बीच में जहाँ कहीं अर्थ विरोध हो उसका तर्क के द्वारा सामञ्जस्य उत्पन्न करना इस दर्शन का उद्देश्य है।

इस दर्शन में कर्म काण्ड का विषय, श्रुति सविशेष चर्चा, विचार तथा सिद्धान्त निश्चित किये हैं। कर्म काण्ड का विशेष विवेचन होने से इसे कर्म मीमांसा भी कहते हैं। इसके मत से स्वर्ग लाभ ही मनुष्य का परम पुरुषार्थ है। वेदोक्त यज्ञ यागादि करने से यह (स्वर्ग) प्राप्त होता है। यह दर्शन वेदों को नित्य मानता है।

वेदान्त दर्शन

इस दर्शन के रचयिता महर्षि व्यास हैं। पर इस पर सब से गम्भीर प्रकाश स्वामी शङ्कराचार्य्य ने डाला है इस लिए कितने ही लोग शङ्कर ही को वेदान्त रचयिता मानते हैं। इस दर्शन को ब्रह्म मीमांसा भी कहते हैं।

वेदान्त के मत से, जिससे जगत् की उत्पत्ति स्थिति और प्रलय होता है उसी को ब्रह्म कहते हैं। यह ब्रह्म सत्य स्वरूप, ज्ञान स्वरूप, और अनन्त स्वरूप है। वह अनिर्वचनीय है। उसके

सिवाय दूसरी सब चीजें मिथ्या अथवा भ्रम स्वरूप है (ए
ब्रह्म द्वितीयो नास्ति) जिस प्रकार रात में रस्सी को देखने
उसमें सांप का भ्रम हो जाता है उसी प्रकार अज्ञान के का
मनुष्य को जगत् का भ्रम हो जाता है।

इस मत को मायावाद कहते हैं। माया परब्रह्म की श
स्वरूप है। उसके मायावच्छिन्न होने ही से जगत् की उत्प
होती है। जिस प्रकार किसी झाड़ के नीचे खड़े होकर झाड़
को देखने से वह पूर्ण होने पर भी छिन्न भिन्न नज़र आ
है उसी प्रकार ब्रह्म निर्विकार होने पर भी माया के कार
छिन्न भिन्न नज़र आता है पर वास्तव में वह अविच्छिन्न है

वेदान्त के मत में परब्रह्म निर्गुण, निराकार, निर्वि
और चिन्मय स्वरूप है। जगत् ही जब भ्रममय है तो व
जगत् कर्त्ता की तरह नहीं गिना जा सकता। जब संसार
सृष्टि ही मिथ्या है तो उसका कर्त्ता कैसे सम्भव हो सक
है। इसलिए वह अकर्त्ता, अरूप, अस्थूल, सूक्ष्म, अदीर्घ
अह्रस्व, निर्गुण, निर्विशेष, और मन वचन से अगोचर है।

जीव वास्तविक परब्रह्म के सिवाय और कुछ नहीं है।
इस ज्ञान को प्राप्त कर आनन्द लाभ करना ही इस दर्शन का
उद्देश्य है। "अयमात्माब्रह्म" अर्थात् जीव ब्रह्म है। "अहं
ब्रह्मास्मि" मैं ब्रह्म हूँ, "तत्वमसि" तुम ब्रह्म हो इत्यादि वाक्यों
को महावाक्य कहा गया है। इन महा वाक्यों का अर्थ समझ
कर जीव और ब्रह्म को अभिन्न समझने ही को तत्वज्ञान कहते
हैं। इस ज्ञान के उत्पन्न हुए पश्चात् जीव और ब्रह्म में भेद नहीं
रहता "अहं ब्रह्मास्मि", अर्थात् "मैं ही ब्रह्म हूँ" इस प्रकार का
दृढ़ निश्चय करके केवल चैतन्य स्वरूप ब्रह्म में ही स्फूर्ति रहना
चाहिए ऐसी अवस्था होने ही से मुक्ति मिलती है।

जैन दर्शन

जैन दर्शन के अन्तर्गत द्रव्य दो प्रकार के माने गये हैं। जीव और अजीव। अजीव द्रव्य पाँच प्रकार का होता है पुद्गल (Matter) धर्म (Medium of Motion) अधर्म (Medium of rest) काल (Time) और आकाश (Space) इनमें से पुद्गल मूर्तिक और शेष सब अमूर्तिक हैं।

जीव और पुद्गल इन दोनों द्रव्यों के अन्तर्गत "वैभाविक शक्ति" नामक एक विशेष गुण होता है। जिसके प्रभाव से इन दोनों में एक प्रकार का अशुद्ध परिणमन होता है इसी परिणमन को बन्धन कहते हैं। यह बन्धन ही संसार है और इससे मुक्त होना ही मोक्ष है।

इन सब बातों को जैन दर्शन में सात विभागों में विभक्त कर दी है। (१) जीव (२) अजीव (३) आश्रय (पुद्गल के साथ जीव के सम्बन्ध होने का कारण) (४) बन्ध। (जीव के साथ पुद्गल का मिल जाना) (५) संवर (उन कारणों को रोकने का प्रधान) (६) निर्जरा (उन बन्धनों को तोड़ने का उपाय) (७) मोक्ष (उन सब बन्धनों से आज़ाद हो जाना)। ये ही सात तत्त्व कहलाते हैं। इन्हीं से जीव की शुद्ध और अशुद्ध दशा का बोध होता है।

जीव और पुद्गल का सम्बन्ध उसकी शुभाशुभ परिणति के अनुसार होता है। यह परिणति तीन प्रकार की होती है। शुभ, अशुभ और वैराग्य रूप। शुभ परिणति से पुण्य परमाणुओं का बन्धन होता है, अशुभ से पाप परमाणुओं का बन्धन होता है और वैराग्य रूप परिणति से सच्चिदानन्द अवस्था का आविर्भाव होता है।

जैन दर्शन में इन पुद्गल परमाणुओं को कर्म कहा है। ये आठ प्रकार के होते हैं। ज्ञानावरणीय (ज्ञानशक्ति को ढकने वाले) दर्शनावरणीय (दर्शनशक्ति को ढकने वाले) मोहनीय, अन्तराय, वेदनीय, आयु, नाम और गोत्र। इन आठ कर्मों के उत्तर भेद १४८ हैं।

तत्वज्ञान के अध्ययन से और शुद्ध तपस्या से ये कर्म नष्ट होते हैं। इन कर्मों से छुटकारा पाने ही को मोक्ष कहते हैं।

जैन दर्शन में आत्मा की चौदह स्थितियाँ बतलाई हैं जिनको गुण स्थान कहते हैं। यह वर्णन बहुत ही गम्भीर और पढ़ने योग्य है।

जैन दर्शन सृष्टि को अनादि और अनन्त मानता है। यह ईश्वर को सृष्टिकर्त्ता नहीं मानता। यह सिद्धान्त उसका बहुत ही दृढ़ और प्रमाण पूर्ण है। यह प्रत्येक वस्तु को द्रव्य रूप से नित्य और पर्याय रूप से अनित्य मानता है।

जैनियों का न्याय (Logic) भी बहुत प्रबल है। उसकी स्याद्वादफिलासफी, सप्तभंगीन्याय, तथा अनेकान्त दर्शन बड़ा ही गम्भीर और तर्क पूर्ण है। जैन न्याय की बड़े २ पाश्चात्य विद्वानों ने खूब तारीफ की है, डाक्टर थामस का कथन है कि—"न्यायशास्त्र में जैन न्याय का स्थान बहुत ऊँचा है इसके कितने ही तर्क पाश्चात्य तर्कशास्त्र के नियमों से बिलकुल मिलते हुए हैं स्याद्वाद का सिद्धान्त बड़ा ही गम्भीर है। यह वस्तु की भिन्न २ स्थितियों पर अच्छा प्रकाश डालता है।"⊗

बौद्धदर्शन

बौद्धदर्शन का असली स्वरूप मिलना आज कल बहुत कठिन हो गया है। इसका कारण यह है कि भगवान् बुद्ध के पश्चात् उनके अनुयायियों में घोर मत भेद हो गया। जिससे स्वार्थी लोगों ने मनमाने तत्त्व जोड़ दिये। इस धाँगा धींगी के कारण असली बौद्धमत को पहचानना भी कठिन हो गया। कोई उसे शून्यवादी कहते हैं, कोई क्षणिकवादी और कोई अनात्मवादी। मगर वास्तव में वह क्या है यह कोई नहीं कह सकता। आज कल इसमें चार फ़िरके प्रधान हैं। (१) माध्यमिक (२) योगाचार (३) सौत्रान्तिक और (४) वैभाषिक। माध्यमिक कहते हैं कि सब शून्य है। जो वस्तु स्वप्नावस्था में नज़र आती है वह जागृतावस्था में नज़र नहीं आती ौर जो जागृतावस्था में दृष्टिगोचर होती है वह स्वप्नावस्था में हीं होती। इससे मालूम होता है कि कोई भी वस्तु सत्य हीं है।

योगाचार के मतानुसार केवल क्षणिक विज्ञान रूप आत्मा ी सत्य है शेष सब असत्य है। यह ज्ञान दो प्रकार का है प्रवृत्ति विज्ञान और आलय विज्ञान। जागृत और सुप्तो अवस्था में जो ज्ञान होता है उसे प्रवृत्ति विज्ञान कहते हैं और सुषुप्ति दशा में जो ज्ञान होता है उसे आलयविज्ञान कहते हैं। यह ज्ञान केवल आत्मा ही पर अवलम्बित है।

सौत्रान्तिक बाहर की वस्तुओं को सत्य और अनुमान सिद्ध कहते हैं। वैभाषिकों के मत में बाहर की वस्तुएं प्रत्यक्ष सिद्ध हैं।

बौद्धदर्शन में चार आर्य्य सत्य माने हैं दुःख, समुदय, मार्ग और निरोध। दुख के मूल कारण पांच स्कन्ध हैं।

विज्ञानस्कन्ध, वेदनास्कन्ध, संज्ञास्कन्ध, संस्कारस्कन्ध और रूपस्कन्ध। जिस से काम, क्रोध, राग, द्वेष, मोह आदि दूषणों के समुदाय का प्रादुर्भाव होता है उसे समुदय कहते हैं। "ये सब प्रकार के संस्कार क्षणिक हैं" इस प्रकार की जो भावना उदय होती है उसे "मार्ग" कहते हैं यह मार्ग आठ प्रकार का होता है इसलिए इसे अष्टाङ्गमार्ग कहते हैं। यही मार्ग मोक्षदाता है "वासना विषयक चित्त संतति" का जिससे निरोध होता है उसे "निरोध" तत्त्व कहते हैं।

इन चार आर्य्य सत्यों का वास्तविक ज्ञान ही तत्त्वज्ञान है। शुद्धचरित्र और शुद्धयोग के साथ इनका मनन करने से मोक्ष प्राप्ति होती है।

चार्वाकदर्शन

चार्वाकदर्शन नास्तिक दर्शन है। इसके मूल आचार्य्य "बृहस्पति" नामक कोई ऋषि हो गये हैं। इनके किसी भी मूल ग्रन्थ का अभी तक पता नहीं लगता। केवल कुछ फुटकर सामग्री का पता लगता है।

चार्वाक के मत से आत्मा, ईश्वर, पाप, पुण्य, पुनर्जन्म आदि कुछ भी नहीं हैं। यह सब बातें पाखण्डियों की रची हुई निराधार कल्पनाएं हैं। प्रत्यक्ष प्रमाण ही सत्य है। शेष सब झूठे हैं। पृथ्वी, जल, वायु और अग्नि तत्त्व के मिलने से मनुष्य शरीर बनता है और जिस प्रकार शराब के कई तत्त्वों के मिलने से उनमें मादकता आ जाती है, उसी प्रकार इन चारों तत्त्वों के मेल से चेतनशक्ति का प्रादुर्भाव हो जाता है। जब मनुष्य मरता है तब पृथ्वी पृथ्वी में,
वायु में और जल जल में समा जाता है
रहता।

यह कहता है—

यावज्जीवेत् सुखं जीवेत् ऋणं कृत्वा घृतं पीवेत्।
भस्मीभूतस्य देहस्य पुनरा गमनं कुतः।

अर्थात्—जहाँ तक जीवे वहाँ तक सुख से जीवे, ऋण करके भी घी पिये। राख हुए पश्चात् वापस फिर से जन्म नहीं होगा। फिर कहते हैं—

त्रयोवेदस्य कर्त्तारो भण्डधूर्त, निशाचराः।
जर्फरी तुर्फरी त्यादि पण्डितानां वचः स्मृतम् ॥

अर्थात्—तीनों वेद के बनाने वाले धूर्त्त, भण्ड और निशाचर हैं। जर्फरी, तुर्फरी इत्यादि पण्डितों के वचन जान पड़ते हैं इत्यादि। इसी मत को मानने वाले आज से ढाई हजार वर्ष पूर्व "पूरण काश्यप" और "अजितकेशकम्बलि" भी हुए हैं।

पाश्चात्य दर्शन

कैण्ट—प्रसिद्ध फेञ्च दार्शनिक कैण्ट का कथन है कि "मनुष्य विवश है कि प्रकृति, जीव और परमात्मा में विश्वास करे। परन्तु ये पदार्थ बुद्धि के विषय नहीं हैं। इस लिए इन्हें बुद्धि द्वारा नहीं जान सकते। व्यवहारिक बुद्धि की परीक्षा करते हुए वह कहता है कि इन पदार्थों की जानकारी के लिए हमें इति (इच्छा) की शरण लेना चाहिए। कैण्ट का सिद्धान्त है कि आत्मिक शक्तियों में बुद्धि नहीं किन्तु इति प्रधान है। और यही समस्त शक्तियों का आधार है।

हर्बर्ट स्पेन्सर—प्रसिद्ध अज्ञेयवादी हर्बर्ट स्पेन्सर आत्मा और परमात्मा यहाँ तक कि विज्ञान के मूल कारण को भी मनुष्य के . बतलाता है। स्पेन्सर के मतानुसार

ईश्वर और आत्मा का अस्तित्व है या नहीं यह बात मनुष्य के ज्ञान से अतीत है।

हक्सले—यह नास्तिक वाद का समर्थक है इसके मतानुसार ईश्वर, आत्मा वगैरह कुछ भी नहीं है। आत्मा कलल रस से बनती है यह एक चिपचिपा और दानेदार पदार्थ है। यह चार प्रकार के पदार्थों के संयोग से बनता है।

(१) कार्बन (२) हाइड्रोजन (३) ऑक्सिजन और (४) नाइट्रोजन पर अभी तक इस बात का पता नहीं चला है कि ये चारों पदार्थ कितनी २ मात्रा में मिलाने से "कललरस" बनता है। इस प्रकार नास्तिकवाद का समर्थन करके भी ये अपने विषय को पूर्ण नहीं कर सके हैं। इसी मत का मानने वाला प्रसिद्ध तत्व ज्ञानी हैकल भी है।

व्यूटे—यह तत्व ज्ञानी जर्मनी के अन्तर्गत हुआ है। इस तत्व वेत्ता ने सृष्टि के प्राथमिक स्वरूप का अध्ययन करने के पश्चात् भौतिकवाद का पूरा समर्थन किया था। इसने निर्द्वन्द होकर कहा था कि प्रत्यक्ष अनुभव के सिवा कोई भी बात ग्रहण करना मूर्खता है। पर जब उसका ज्ञान अधिक विकसित हुआ और मन, बुद्धि और प्राण की क्रियाओं का उसे अनुभव होने लगा तब उसे अपने सिद्धान्त पर सन्देह होने लगा। उसने इस प्रश्न को भौतिक शास्त्र के द्वारा हल करने का तीस वर्ष तक प्रयत्न किया। पर जब कुछ भी समाधान न हो सका तब उसने भौतिक शास्त्र का अपूर्णत्व स्वीकार किया और अपने पूर्व सिद्धान्तों को पूर्वावस्था में किया हुआ पाप ठहराया। उसने कहा कि जगत् के इसके कारण में कुछ अङ्ग ऐसा भी है जो अतीन्द्रिय है। और जिसके जानने में भौतिक शास्त्र बिलकुल असमर्थ है।

सर ओलिव्हर लॉज —प्रसिद्ध तत्व ज्ञानी ओलिव्हर लॉज भी पहले अनात्मवादी थे। लेकिन दीर्घ अध्ययन पश्चात् उन्होंने भी यही बात कही—

But it is so be suppased that the complex aggregate of atoms generated the liks and mlod in the protoplasm. Thal is the socalleb mastrl alistic view bu to me it scems an erroncous one and it is cretainly one that is not proven.

Sir Ollver Lodge's
Life and Matter.

अर्थात् भौतिक शास्त्र वादियों का यह कथन है कि केवल अनेक परमाणुओं के संयोग ही से प्राण उत्पन्न होते हैं। पर मेरी बुद्धि इस मत को भ्रम पूर्ण मानती है। प्रयोग करने पर यह बात (प्राणोत्पत्ति) असाध्य ठहर चुकी है।

पाँचवा अध्याय

भूगोल।

रात्रि में चमकते हुए असंख्य तारागणों को, छि को हुई
चान्दनी को, और दिन में उदित सूर्य्य को देख कर किसका
हृदय आनन्द से प्रफुल्लित नहीं हो जाता। प्रकृति ने ह म लोगों
के लिए कितनी सुन्दर देनें रक्खी हैं।

इनको देख कर जहाँ हमें आनन्द होता है वहाँ आश्चर्य
भी होता है। ये सब क्या हैं? यहाँ से कितनी दूर हैं? सब
बातें जानने की हमारी स्वाभाविक उत्कण्ठा होती है। भूगोल
हमारी इसी उत्कण्ठा को पूर्ण करता है।

भूगोल के मत से यह सारी पृथ्वी अण्डे की तरह गो ल है।
इसके गोल सिद्ध करने के कई दृढ़ प्रमाण भी हैं। पृथ्व ी की
भाँति चन्द्रमा भी एक गोला है। इसका व्यास २१५२ मील
है। हमारी पृथ्वी से यह २४०००० मील दूर है। पृथ्वी का
गोला घूमता हुआ सूर्य्य की परिक्रमा करता है और चन द्रमा
का गोला पृथ्वी की परिक्रमा करता है। यदि पृथ्वी स्थिर
होती तो चन्द्रमा को अपने एक भ्रमण में २७ दिन ८ घ ण्टे
लगते पर चूंकि पृथ्वी भी चलती है इसलिए चन्द्रमा को
उसके भ्रमण में २९½ दिन के लगभग लग जाते हैं। इसी को
हिन्दू १ मास कहते हैं।

ग्रहण

यह हम पहले लिख आये हैं कि चन्द्रमा पृथ्वी की और पृथ्वी सूर्य की परिक्रमा करती है। इस परिक्रमा में कभी २ ऐसी दशा हो जाती है किः—

(१) सूर्य्य और चन्द्रमा के बीच में पृथ्वी आ जाती है- अथवा।

(२) पृथ्वी और सूर्य्य के बीच में चन्द्रमा आ जाता है।

पहली दशा में चन्द्रग्रहण और दूसरी स्थिति में सूर्य्य ग्रहण होता है।

ज्वार भाटा

ज्वार भाटे का मूल कारण चन्द्रमा है और थोड़ासा दखल सूर्य्य का भी है।

"ज्वार" और भाटा ये दो अलग २ शब्द हैं। समुद्र में असाधारण पानी के चढ़ाव को ज्वार और उतार को भाटा कहते हैं। प्रत्येक दिन रात में समुद्र में दो बार ज्वार और भाटा आता है। पूर्णिमा और अमावस्या के दिन इसका बड़ा जोर रहता है। ज्यों २ यह तिथियाँ दूर होती हैं त्यों २ ज्वार भाटे का जोर कम होता है।

इस ज्वार भाटे का मूल कारण आकर्षण शक्ति है। सूर्य्य पृथ्वी से बहुत दूर है अतएव उसका आकर्षण पृथ्वी पर बहुत कम असर करता है। पर चन्द्रमा नजदीक होने से उस का आकर्षण बहुत अधिक असर करता है। पृथ्वी के परमाणु तो चिपके हुए रहते हैं अतः वे तो उधर को जा नहीं सकते। पर जल के परमाणु अलग होने से आकर्षण शक्ति के प्रभाव से दौड़ते हैं। बस यही ज्वार है और इसके उतार ही को भाटा कहते हैं।

ब्रह्मपुत्र—मान सरोवर से निकल कर, आसाम, बंगाल आदि प्रान्तों में बहती हुई बंगाल की खाड़ी में गिरती है।

नर्मदा—अमर कंटक पर्वत से निकल कर अरब समुद्र में गिरती है।

ताप्ती—सतपुड़ा से निकल कर अरब समुद्र में गिरती है।

गोदावरी—पश्चिमी घाट से निकल कर बंगाल की खाड़ी में गिरती है।

कृष्णा—गोदावरी की सहायक नदी है।

चम्बल—हसलपुर (इन्दौर) के पास से निकल कर यमुना गिरती है।

सतलज, व्यास, रावी, चिनाव, और झेलम पञ्जाब में, वेतवा, काली सिंध मध्यभारत में, घाघरा, गोमती, रामगङ्गा, राप्ती, सोन, केन, काली नदी आदि संयुक्त प्रदेश में, महानदी, कावेरी दक्षिण में और ईरावती ब्रह्मा में हैं।

झील—मान सरोवर हिमालय में, उलर उत्तर काश्मीर में, सांभर राजपूताने में, पुलकिट कर्नाटक में, चिल्का उड़िसा में, कालर उत्तरी अर्काट में और लुनार बरार में है।

आबहवा—आबहवा के लिहाज से यह देश गर्म देशों में गिना जाता है। पर यहाँ पर हर प्रकार की आबहवा पाई जाती है। पर्वतों पर सर्द, नदियों के किनारे गर्म, और समुद्र के नजदीक मातदिल आबहवा है।

मुख्य पैदावारी—चावल, गेहूँ, जौ, गन्ना, तिल, रुई, सन, चाय, अफीम, सिनकोना, नील, रेशम, लौंग, इलायची, काली मिर्च, आदि यहाँ की पैदावार है। साग और फल भी यहाँ बहुतायत से होते हैं।

खनिज पदार्थ—हीरा, सोना, टीन, लोहा, कोयला, मैंगनीज,

विषय का विस्तृत विवेचन किसी भौगोलिक ग्रन्थ
चाहिए। इस छोटीसी पुस्तक में इसका अधिक
हीं किया जा सकता।

हिन्दुस्थान की सीमा

—हिमालय पर्वत की श्रेणी है जो भारतवर्ष को
तिन) से अलग करती है।
—चीन का कुछ हिस्सा और बङ्गाल की खाड़ी है।
—हिन्द महासागर है।
—हिन्दुकुश पर्वत, अरबसमुद्र सुलेमान पहाड़
िस्थान है।

विस्तार

का विस्तार काश्मीर से लेकर कन्याकुमारी तक
ौर चौड़ाई बिलुचीस्थान से लेकर पूर्वी बर्मा
इसका क्षेत्रफल १८ लाख २ हज़ार मील के

हिन्दुस्थान की बड़ी २ नदियां

हिमालय पर्वत से निकल कर, तिब्बत, काश्मीर
तों में बहती हुई अरब समुद्र में गिरती है।
८०० मील है। यह सब से बड़ी नदी है।
मालय के गङ्गोत्री नामक स्थान से निकल
बिहार आदि प्रान्तों में बहती हुई बङ्गाल की
। इसकी लम्बाई १५२० मील है। यह नदी
अत्यन्त पवित्र समझी जाती है।
त्री (हिमालय) से निकल कर
में शामिल हो जाती है।

ब्रह्मपुत्र—मान सरोवर से निकल कर, आसाम, बंगाल आदि प्रान्तों में बहती हुई बंगाल की खाड़ी में गिरती है।

नर्मदा—अमर कंटक पर्वत से निकल कर अरब समुद्र में गिरती है।

ताप्ती—सतपुड़ा से निकल कर अरब समुद्र में गिरती है।

गोदावरी—पश्चिमी घाट से निकल कर बंगाल की खाड़ी में गिरती है।

कृष्णा—गोदावरी की सहायक नदी है।

चम्बल—हसलपुर (इन्दौर) के पास से निकल कर यमुना गिरती है।

सतलज, व्यास, रावी, चिनाव, और झेलम पञ्जाब में, बेतवा, काली सिंध मध्यभारत में, घाघरा, गोमती, रामगङ्गा, राप्ती, सोन, केन, काली नदी आदि संयुक्त प्रदेश में, महानदी, कावेरी दक्षिण में और इरावती ब्रह्मा में हैं।

झील—मान सरोवर हिमालय में, उलर उत्तर काश्मीर में, सांभर राजपूताने में, पुलकिट कर्नाटक में, चिल्का उड़िसा में, कालर उत्तरी अर्काट में और लुनार बरार में है।

आबहवा—आबहवा के लिहाज से यह देश गर्म देशों में गिना आता है। पर यहाँ पर हर प्रकार की आबहवा पाई जाती है। पर्वतों पर सर्द, नदियों के किनारे गर्म, और समुद्र के नजदीक मातदिल आबहवा है।

मुख्य पैदावारी—चावल, गेहूँ, जौ, गन्ना, तिल, रुई, सन, चाय, अफीम, सिनकोना, नील, रेशम, लौंग, इलायची, काली मिर्च, आदि यहाँ की पैदावार है। साग और फल भी यहाँ बहुतायत से होते हैं।

खनिज पदार्थ—हीरा, सोना, टीन, लोहा, कोयला, मैंगनीज,

इस विषय का विस्तृत विवेचन किसी भौगोलिक ग्र में देखना चाहिए। इस छोटीसी पुस्तक में इसका अधि विवेचन नहीं किया जा सकता।

हिन्दुस्थान की सीमा

उत्तर में—हिमालय पर्वत की श्रेणी है जो भारतवर्ष व तिब्बत (चीन) से अलग करती है।

पूर्व में—चीन का कुछ हिस्सा और बङ्गाल की खाड़ी है।

दक्षिण में—हिन्द महासागर है।

पश्चिम में—हिन्दुकुश पर्वत, अरबसमुद्र सुलेमान पहाड़ और बिलोचीस्थान है।

विस्तार

इस देश का विस्तार काश्मीर से लेकर कन्याकुमारी तक २.०० मील और चौड़ाई बिलुचीस्थान से लेकर पूर्वी वर्मा तक २५०० है। इसका क्षेत्रफल १८ लाख २ हज़ार मील के करीब है।

हिन्दुस्थान की बड़ी २ नदियां

सिंध नदी—हिमालय पर्वत से निकल कर, तिब्बत, काश्मीर पञ्जाब आदि प्रान्तों में बहती हुई अरब समुद्र में गिरती है। इसकी लम्बाई १८०० मील है। यह सब से बड़ी नदी है।

गङ्गा नदी—हिमालय के गङ्गोत्री नामक स्थान से निकल कर, संयुक्त देश, बिहार आदि प्रान्तों में बहती हुई बङ्गाल की खाड़ी में गिरती है। इसकी लम्बाई १५२० मील है। यह नदी हिंदुओं की परम पूजनीय समझी जाती है।

यमुना नदी—यम्नोत्री (हिमालय) से निकल कर अलाहा बाद के पास गङ्गा में शामिल हो जाती है।

ब्रह्मपुत्र—मान सरोवर से निकल कर, आसाम, बंगाल आदि प्रान्तों में बहती हुई बंगाल की खाड़ी में गिरती है।

नर्मदा—अमर कंटक पर्वत से निकल कर अरब समुद्र में गिरती है।

ताप्ती—सतपुड़ा से निकल कर अरब समुद्र में गिरती है।

गोदावरी—पश्चिमी घाट से निकल कर बंगाल की खाड़ी में गिरती है।

कृष्णा—गोदावरी की सहायक नदी है।

चम्बल—इसलपुर (इन्दौर) के पास से निकल कर यमुना गिरती है।

सतलज, व्यास, रावी, चिनाव, और झेलम पञ्जाब में, वेतवा, काली सिंध मध्यभारत में, घाघरा, गोमती, रामगङ्गा, राप्ती, सोन, केन, काली नदी आदि संयुक्त प्रदेश में, महानदी, कावेरी दक्षिण में और इरावती ब्रह्मा में हैं।

झील— काश्मीर में,
सांभर राज. उड़िसा में,
कालर उत्तरी अर्काट में और लुनार बरार में है।

आबहवा—आबहवा के लिहाज से यह देश गर्म देशों में गिना जाता है। पर यहाँ पर हर प्रकार की आबहवा पाई जाती है। पर्वतों पर सर्द, नदियों के किनारे गर्म, और समुद्र के नजदीक मातदिल आबहवा है।

मुख्य पैदावारी—चावल, गेहूँ, जौ, गन्ना, तिल, रुई, सन, चाय, अफीम, सिनकोना, नील, रेशम, लौंग, इलायची, काली मिर्च, आदि यहाँ की पैदावार है। साग और फल भी यहाँ बहुतायत से होते हैं।

खनिज पदार्थ—हीरा, सोना, टीन, लोहा, कोयला, मैंगनीज,

संगमरमर, नमक, मिट्टी का तेल, तांबा, सीसा
खाने हैं।

रेलवे—हिन्दुस्थान में मुख्य २ रेलवे लाईन

ईस्ट इण्डियन रेलवे—(E. I. R.) इसकी मु
कत्ता से कालका तक गई है। इस लाईन पर
हवड़ा, वर्द्धमान, पटना, इलाहाबाद, कानपूर,
गढ़, गाज़िया बाद, दिल्ली, अम्बाला आदि हैं।

इसकी और भी छोटी छोटी शाखाएँ हैं।

अवध रुहेलखंड रेलवे—(O. R. R.) मुगलसर
पुर तक जाती है। इस लाईन पर मुख्य मुख्य
रायबरेली, लखनऊ, हरदोई, बरेली मुरादाबा
इसकी भी कई शाखाएँ हैं।

नार्थ वेस्टर्न रेलवे—(N. W. R.) यह लाईन
लाहौर और पेशावर तक गई है। इसके किनारे
मेरठ, सहारनपुर, अमृतसर, लाहौर मुल्तान, पेश
आदि हैं। इसकी और भी शाखाएँ हैं।

ग्रेट इण्डियन पेनिनसुला रेलवे—(G. I. P.)
लाईन कोई नहीं है। तीन चार बड़ी २ शाखाएँ हैं।
बम्बई मनमाड़, खँडवा, भोपाल, उज्जैन, दिल्ली आ

बम्बई बरोदा व सेन्ट्रल इण्डिया रेलवे—बम्बई से
जाती है। यह बड़ी लाईन है। इसकी छोटी लाईन
अहमदाबाद से दिल्ली को जाती है। इसके किनारे
बम्बई, बड़ोदा, सूरत, गोद्रा, रतलाम, भवानीगंज, को
अजमेर, जयपुर, अहमदाबाद आदि हैं।

मत—यों तो हिन्दुस्थान में सैकड़ों पंथ और मत म

पर मुख्य ये हैं, हिन्दू, बौद्ध, जैन, सिख मुसलमान, ईसाई आदि।

हिन्दुओं के प्रसिद्ध तीर्थ स्थान—बनारस, इलाहाबाद, अयोध्या, चित्रकूट, हरिद्वार, बद्रीनाथ, केदारनाथ, हृषीकेश, मथुरा, वृन्दावन, विन्ध्याचल, गया, जगन्नाथ पुरी, बैजनाथ, कुरुक्षेत्र, नगरकोट, पुष्कर, द्वारका, नासिक, गिरनार, रामेश्वर, कांचीवरम, मदुरा, उज्जैन, आदि हैं।

जैनियों के प्रसिद्ध तीर्थ स्थान—सम्मेद शिखर, गिरनार, चम्पापुरी, पावापुरी, कैलाश, आबू, जैनबद्री, मूलबद्री, बनारस, चन्द्रपुरी, पारसनाथ, सिद्धवर कूट, मक्सी पार्श्वनाथ, महावीर जी, रिषभदेव जी, आदि हैं।

कपड़े बुनने के कारखाने—कलकत्ता, बम्बई, मद्रास, कनानौर, इन्दौर, अहमदाबाद, भड़ौच, ब्यावर, नागपुर, कानपुर, धारीवाल बनारस आदि हैं।

प्रसिद्ध किले—कलकत्ता, मद्रास, बम्बई, इलाहाबाद, देहली आगरा, भरतपुर, मुलतान, चित्तौड़, अटक, ग्वालियर, जैपुर, चुनार आदि हैं।

प्रसिद्ध शहर मय प्रसिद्धि के

कलकत्ता—भारतवर्ष का सब से बड़ा नगर है। यहां काली देवी का प्रसिद्ध मन्दिर है। विश्वविद्यालय, अजायबघर, टकसाल हाईकोर्ट आदि देखने लायक स्थान हैं, यह जहाजों का बड़ा स्टेशन है। बाहर से बहुत माल यहां आता है। यहां कागज के कारखाने भी हैं।

इलाहाबाद—हाथी दांत पर नक्काशी का काम और रेशमी कपड़ों के लिये प्रसिद्ध है।

संगमरमर, नमक, मिट्टी का तेल, तांबा, सीसा, गंधक आदि
खानें हैं।

रेलवे—हिन्दुस्थान में मुख्य २ रेलवे लाइन निम्नाङ्कित
ईस्ट इण्डियन रेलवे—(E. I. R.) इसकी मुख्य लाइन
कत्ता से कालका तक गई है। इस लाइन पर मुख्य स्टे
हवड़ा, वर्दमान, पटना, इलाहाबाद, कानपूर, इटावा, अ
गढ़, गाज़ियाबाद, दिल्ली, अम्बाला आदि हैं।

इसकी और भी छोटी छोटी शाखाएँ हैं।

अवध रुहेलखंड रेलवे—(O. R. R.) मुगलसराय से सहार
पुर तक जाती है। इस लाइन पर मुख्य मुख्य शहर-बनारस
रायबरेली, लखनऊ, हरदोई, बरेली मुरादाबाद आदि हैं
इसकी भी कई शाखाएँ हैं।

नार्थ वेस्टर्न रेलवे—(N. W. R.) यह लाइन देहली से
लाहौर और पेशावर तक गई है। इसके किनारे मुख्य शहर—
मेरठ, सहारनपुर, अमृतसर, लाहौर मुल्तान, पेशावर, करांची
आदि हैं। इसकी और भी शाखाएँ हैं।

ग्रेट इण्डियन पेनिनसुला रेलवे—(G. I. P.) इसकी लम्बी
लाईन कोई नहीं है। तीन चार बड़ी २ शाखाएँ हैं। इसके किनारे
बम्बई मनमाड़, खँडवा, भोपाल, उज्जैन, दिल्ली आग्रा आदि हैं।

बम्बई बरोदा व सेन्ट्रल इण्डिया रेलवे—बम्बई से दिल्ली तक
जाती है। यह बड़ी लाईन है। इसकी छोटी लाईन भी है जो
अहमदाबाद से दिल्ली को जाती है। इसके किनारे वाले शहर
बम्बई, बड़ोदा, सूरत, गोद्रा, रतलाम, भवानीगंज, कोटा, मथुरा
अजमेर, जयपुर, अहमदाबाद आदि हैं।

मत—यौं तो हिन्दुस्थान में सैकड़ों पंथ और मत मतान्तर हैं

पर मुख्य ये हैं, हिन्दू, बौद्ध, जैन, सिख मुसलमान, ईसाई आदि।

हिन्दुओं के प्रसिद्ध तीर्थ स्थान—बनारस, इलाहाबाद, अयोध्या, चित्रकूट, हरिद्वार, बद्रीनाथ, केदारनाथ, हृषीकेश, मथुरा, वृन्दावन, विन्ध्याचल, गया, जगन्नाथ पुरी, वैजनाथ, कुरुक्षेत्र, नगरकोट, पुष्कर, द्वारका, नासिक, गिरनार, रामेश्वर, कांचीवरम, मदूरा, उज्जैन, आदि हैं।

जैनियों के प्रसिद्ध तीर्थ स्थान—सम्मेद शिखर, गिरनार, चम्पा पुरी, पांवापुरी, कैलाश, आबू, जैनबद्री, मूलबद्री, बनारस, चन्द्रपुरी, सारनाथ, सिद्धवर कूंट, मक्शी पार्श्वनाथ, महावीर जी, रिषभदेव जी, आदि हैं।

कपड़े बुनने के कारखाने—कलकत्ता, बम्बई, मद्रास, कतानौर, इन्दौर, अहमदाबाद, भड़ौंच, ब्यावर, नागपुर, कानपुर, धारीवाल बनारस आदि हैं।

प्रसिद्ध क़िले—कलकत्ता, मद्रास, बम्बई, इलाहाबाद, देहली आगरा, भरतपुर, मुलतान, चितौड़, अटक, ग्वालियर, जैपुर, चुनार आदि हैं।

प्रसिद्ध शहर मय प्रसिद्धि के

कलकत्ता—भारतवर्ष का सब से बड़ा नगर है। यहां काली देवी का प्रसिद्ध मन्दिर है। विश्वविद्यालय, अजायबघर, टकसाल हाईकोर्ट आदि देखने लायक स्थान हैं, यह जहाज़ों का बड़ा स्टेशन है। बाहर से बहुत माल यहाँ आता है। यहाँ कागज़ के कागज़ के कारखाने भी हैं।

मुर्शिदाबाद—हाथी दांत पर नक्काशी का काम और रेशमी कपड़ों के लिये प्रसिद्ध है।

पटना—गंगा के किनारे है। पुराने समय में मौर्य वंश औ गुप्तवंश की राजधानी था। यहा नील और शोरे का बहुत व्याप होता है।

गया—यह हिन्दू और बौद्धो का तीर्थ स्थान है। यहाँ बौ गया का मन्दिर है। उसमें की मूर्ति बड़ी ही अच्छे देखने लायक है

अलाहाबाद—गंगा व यमुना नदियों के संगम पर बस हुआ है। यह हिन्दुओं का प्रसिद्ध तीर्थ स्थान है। इसक दूसरा नाम प्रयाग भी है। यहाँ हर १२ साल में एक बहुत बड़ा मेला पड़ता है। यहां किला अशोक स्तंभ, युनिवहरसिटी मेयोहाल आदि दर्शनीय वस्तुएँ हैं।

कानपुर—गंगा के किनारे है। चमड़ा चीनी, और कपड़े के के कारखाने हैं। अनाज की बड़ी मन्डी है। मेमोरियल देखने लायक है। यहां ऊनी कपड़े का कारखाना है।

बनारस—इसका दूसरा नाम काशी है। हिन्दुओं का प्रसिद्ध तीर्थ स्थान है। रेशमी साड़ी, डुपट्टे, कीमखाब, तांबे पीतल के बर्तन बहुत प्रसिद्ध है। यह संस्कृत विद्या का केन्द्र स्थान है। हिन्दू विश्वविद्यालय देखने लायक है।

झांसी—यहां के ऊनी गलीचे बहुत मशहूर हैं।

देहरादून—यहाँ के चांवल और चाय बहुत मशहूर है। जंगलात का कालेज और फौजी कालेज मशहूर हैं। यही से मन्सूरी जाने का रास्ता है।

अलीगढ़—यहाँ ताले अच्छे बनते हैं। यह मुसलिम युनिवर्सिटी के लिये मशहूर है।

मुरादाबाद—रामगंगा के किनारे पर बसा हुआ है। यहां नक़्क़ाशी और कलई बहुत अच्छी होती है।

लखनऊ—नवाबों के समय में अवध की राजधानी थी।

यहाँ पर गोट, चिकन का काम अच्छा होता है। छत्र मंज़िल मेडिकल कॉलेज, युनिवर्सिटी, इमामबाड़े एवम् भूल भूलैयाँ देखने योग्य हैं।

लाहौर—रावी नदी पर बसा हुआ है। यहाँ युनिवर्सिटी के बहुत से कालेज हैं। मेडिकल कालेज, रेल्वे वर्कशाप महाराज रणजीत सिंह का मकबरा, और हाईकोर्ट आदि देखने लायक हैं।

अमृतसर—सिक्खों का तीर्थ स्थान है। यहाँ के दुशाले और गलीचे बहुत मशहूर हैं। सोने का मन्दिर देखने लायक बना है

रावल पिंडी—पंजाब की बड़ी छावनी है। यहाँ मेवे और ऊनी कपड़े की बहुत तिजारत होती है। काश्मीर जाने का रास्ता यहीं से है।

देहली—यमुना नदी के किनारे हिन्दुस्थान की राजधानी है। प्राचीन समय में भी यह हिन्दुओं की राजधानी रही थी। उस समय इसका नाम इन्द्रप्रस्थ था। इस शहर पर कई जातियों का अधिपत्य रहा। यहाँ गोटा, सोना, चाँदी, और हाथी दाँत का काम बहुत अच्छा होता है। यहाँ किला, कुतुब मीनार, हुमायूँ का मकबरा आदि देखने योग्य हैं।

कानपुर—प्राचीन समय में कोसला की राजधानी थी। बड़ा व्यापारिक स्थान है। यहाँ के कपड़ों के कारखाने हैं। यहाँ के सामान बहुत मशहूर हैं।

जबलपुर—व्यापारिक स्थान है। संगमरमर की चीज़ें अच्छी बनती हैं। शीशे और मिट्टी के बर्तन के कई कारखाने हैं।

बम्बई—यह हिन्दुस्थान का सबसे बड़ा और व्यापारिक बन्दरगाह है। यहाँ रेलवे स्टेशन, युनिवर्सिटी, ताजमहल होटल, आदि देखने योग्य है। विलायत जाने का रास्ता यहीं से है।

हिन्दुस्थान भर में सबसे सुन्दर शहर है। यहाँ समुद्र के किनारे चौपाटी का दृश्य बड़ा ही सुन्दर है।

अहमदाबाद—यहाँ पर रूई, रेशम और चमड़े के कारखाने हैं। इण्डियन नेशनल कांग्रेस का ३५वाँ वार्षिकोत्सव यहीं पर हुआ था। इस उत्सव के बराबर अभी तक कोई कांग्रेस नहीं हुई। महात्मागांधीजी का सत्याग्रहआश्रम यहाँ से कुछ दूर पर साबरमती नामक स्थान में है।

भड़ोंच—कपड़े के बहुत कारखाने हैं। नर्मदा नदी पर प्रसिद्ध बन्दर शाह है।

पूना—यहाँ की आब हवा अच्छी है। यहाँ फर्ग्यूसन कालेज देखने योग्य है।

मद्रास—हिन्दुस्थान में तीसरे नम्बर का शहर है। यहाँ जहाजी व्यापार बहुत होता है। यहाँ से रुई, कहवा, चमड़ा, चाय, चावल, मसाले अन्य देशों को जाते हैं। यहाँ का किला, हाइकोर्ट, तथा युनीवर्सिटी देखने लायक है।

ट्रावनकोर—मलाबार किनारे पर स्थित है। पानी बहुत बरसता है। चावल, नारियल, मसाले, आबनूस बहुतायत से होते हैं।

अजमेर—प्राचीन समय में पृथ्वीराज की राजधानी थी। यहाँ राजाओं के लड़कों के लिये कालेज है। ख्वाजासाहब की दरगाह देखने लायक है। यहाँ शाहजहाँ बादशाह के बनाए हुए कई मकान हैं। ढाई दिन का झोपड़ा और आनासागर भी देखने लायक है।

श्रीनगर—(काश्मीर) झेलम नदी के किनारे पर स्थित है। यहाँ का प्राकृतिक दृश्य देखने योग्य है। लोग इसे हिन्दुस्थान का स्वर्ग भी कहते हैं। यहाँ ऊनी कपड़े, कालीन और शाल अच्छे होते हैं।

राणाओं की राजधानी थी। महारानी पद्मिनी जो इतिहास प्रसिद्ध हैं यहीं की थी।

ग्वालियर—सिंधिया महाराज की राजधानी है। व्यापारि स्थान है। यहाँ का पुराना किला मशहूर है।

उज्जैन—यह बहुत प्राचीन नगर है। हिन्दुओं का ती स्थान है। यहाँ भर्तृहरि की गुफा देखने लायक है।

इन्दौर—होल्कर महाराज की राजधानी है। व्यापार क मुख्य स्थान है। यहाँ की रौनक देखते ही बनती है। यह डेली कालेज, होलकर कालेज, क्रिश्चियन कालेज, शिवाजी रा हाई स्कूल, जैन हाई स्कूल, लालबाग, हवाई महल, राजमहल घंटाघर, महल बाड़ा आदि देखने लायक है। यहाँ कपड़े बुनने के ६ मिल्स हैं यहाँ से पास ही राऊ में एक ग्लास का कारखाना है।

भोपाल—मुसलमानी राज्य है यहाँ का राज्य यहाँ की रानी साहबा करती हैं। यहाँ पर बहुत बड़ा तालब है जो देखने लायक है।

पन्ना—यहाँ हीरे और पन्ने की खाने हैं।

प्राचीन काल में जब मानवीय सभ्यता का पूर्ण विकास नहीं हुआ था इतिहास लिखने की प्रथा न थी। भारतवर्ष में भी पुराण प्रथा तो बहुत प्राचीन काल से चली आती है पर इतिहास लिखने की प्रथा यहाँ पर भी न थी। इस पद्धति का प्रथम पुरस्कर्ता यूनानी विद्वान "हिरोडोटस" माना जाता है।

यहाँ पर इस बात का खयाल रखना चाहिए कि सन्, तिथियों और नामों का ज्ञान करा देने से, अथवा अरेबियन नाइट्स की तरह किस्से सुना देने ही से प्राचीन इतिहास शास्त्र का ज्ञान पूरा नहीं हो जाता। इतिहास उन कारणों की उन परिस्थितियों की खोज करता है जिनके फ़ेर में पड़ कर जातियाँ गुलाम हो जाती हैं, समाज नष्ट भ्रष्ट हो जाते हैं, सिंहासन उलट जाते हैं और साम्राज्य बिखर जाते हैं। वास्तविक इतिहास वही है जिसके अन्तर्गत समाज शास्त्र, मानसशास्त्र और राजनीति शास्त्र का निचोड़ आ गया हो।

भारतीय इतिहास का अध्ययन

निरन्तर की गम्भीर खोज के पश्चात् भारतवर्ष का इतिहास अब तक बौद्ध काल के समीप पहुँचा है। प्रारम्भ ही में हम यहाँ की सामाजिक व्यवस्था को बिगड़ी हुई देखते हैं बुद्ध और महावीर के पहले यहाँ पर ब्राह्मणों ने बड़ा तहलका मचा दिया था। स्वार्थ के वशीभूत होकर उन्होंने मनमानी व्यवस्थाएँ बना ली थीं। शूद्रों के अधिकार पैरों तले कुचल दिये थे। यहाँ तक कि यदि कोई शूद्र भूल से भी वेद मंत्र को सुन लेता तो उसके कानों में कीले ठोंक दिये जाते थे। यज्ञ की पवित्र वेदी निरपराध पशुओं के खून से लाल कर दी जाती थी। प्रत्येक यज्ञ में हजारों पशु तलवार के घाट से उतार दिये जाते थे।

इतिहास कहता है कि समाज के अन्दर जब ऐसी भयङ्कर स्थिति आती है तब उस स्थिति का प्रतिरोध करने के लिये अवश्य किसी ज़बर्दस्त क्रान्ति का उदय होता है।

इसी नियमानुसार आगे जाकर हमें इस अत्याचार के विरुद्ध दो ज़बर्दस्त क्रान्तियाँ उठती हुई देख पड़ती हैं। पहली बौद्ध धर्म की और दूसरी जैनधर्मकी। इन दोनों क्रान्तियों के नेता बुद्ध और महावीर इन अत्याचारों के विरुद्ध ज़ोरदार आवाज़ उठाते हैं। इस नोकीली चोट से समाज चौंकता है, ब्राह्मणों के अत्याचार बन्द होकर ब्राह्मण धर्म का लोप होने लगता है और उसके स्थान में बौद्ध और जैन दोनों शान्तिप्रिय धर्मों का उदय होता है।

फिर भी देश की राजनैतिक स्थिति में विशेष अन्तर नहीं आता। वही बिखरे हुए छोटे छोटे राज्य स्थान २ पर मिलते हैं। पर इतने ही में कुदरत के कानून से एक विशेष घटना घटती है। मगध का राजा नन्द अपने दासी पुत्र चन्द्रगुप्त* को निकाल देता है। यह चन्द्रगुप्त जाकर कुटिल ब्राह्मण चाणक्य की सहायता लेता है। यह ब्राह्मण अपनी कुटिल नीति के बल से महानन्द को समूल नष्ट कर देता है और भाग्य के फेर से वही चन्द्रगुप्त मगध के राजसिंहासन पर आरूढ़ होता है।

भारत के राजनैतिक रङ्गमञ्च का एक सीन बदलता है। वह (भारत) उसमें एक ऐसा दृश्य देखता है जो शायद इससे पहले

---

* [illegible]

कभी नहीं देखा था। वह भारत को एक छत्री साम्राज्य के नीचे एक राष्ट्र के रूप में देखता है। चन्द्रगुप्त ने अपने और चाणक्य के बुद्धिबल से साम्राज्य में बहुत शीघ्र भारत के अधिकांश भागों को मिला लिया। और सारे साम्राज्य की ऐसी सुन्दर व्यवस्था कर दी कि जिसकी प्रशंसा आजकल के बड़े२ राजनीतिज्ञ भी करते हैं। उस समय खुफियाविभाग, सेनाविभाग, नगर प्रबन्ध विभाग, कृषि विभाग, आबकारी विभाग, न्याय विभाग आदि भिन्न भिन्न विभागों की व्यवस्था कितनी उन्नतिशील और सुन्दर थी यह बात कौटिल्य कृत अर्थशास्त्र पढ़ने से मालूम होती है। रेल और तार के न होते हुए भी गिरनार पर्वत पर सुदर्शन नामक झील साम्राज्य के प्रबन्ध से बन्धती है यह क्या कम आश्चर्य्य की बात है! यह काल भारतवर्ष की उन्नति का था। इसी काल में विजयी सिकन्दर का गर्वित सेनापति सेल्यूकस चन्द्रगुप्त को पराजित करने आता है पर भारतीय लोहे की चोट से नत मस्तक होकर अपनी प्रिय कन्या को भेंट कर के चला जाता है।

चन्द्रगुप्त के पश्चात् उसका लड़का बिन्दुसार और उसके पश्चात् उसका लड़का अशोक सिंहासनासीन होता है। इस प्रबल प्रतापी सम्राट् के समय में भारतीय सभ्यता की ध्वजा केवल भारत ही में नहीं—संसार में फहराने लगी थी। यह वह समय था जब भारतीय सभ्यता और बौद्ध धर्म का डङ्का, चीन, जापान, जावा, सुमात्रा और अमेरिका तक में बहराने लगा था।* यह सम्राट् धर्म की साक्षात मूर्त्ति था। संसार में सब

* इस बात का विशेष जानकारी के लिये भारतीय सभ्यता और उसका विश्वव्यापी प्रभाव देखिये।

से प्रथम मुफ्त दवाखाने इसीने खुलवाये थे। केवल मनुष्यों ही की नहीं, पशुओं को चिकित्सा का भी इसने प्रबन्ध किया था। इसकी धर्म लिपियों को पढ़ते २ हृदय गद्गद हो जाता है। निःसंकोच होकर कहना पड़ता है कि धरातल के किसी भी भाग ने ऐसा धार्मिक और यशस्वी सम्राट् पैदा नहीं किया।

अशोक के पश्चात् मौर्य्यवंश में कोई प्रतिभाशाली सम्राट् नहीं हुआ। इसके पश्चात क्रमशः सुयश, दशरथ, सङ्गत, शालिशुक, सोमशर्मा, और बृहद्रथ नामक राजा गद्दी पर बैठे। पर इन सब लोगों के समय में मौर्य्य साम्राज्य की जड़ धीरे धीरे ढीली होती गयी। अन्तिम राजा बृहद्रथ को उसके सेनापति पुष्यमित्र ने मार डाला। यहीं से मौर्य्य साम्राज्य का करीब करीब अन्त हो गया।

मौर्य्य साम्राज्य के पश्चात पुष्यमित्र के शुंगवंश का उदय हुआ। इस राजा ने दो अश्वमेध यज्ञ किये थे। इसके काल में काबुल के तत्कालीन शासक मैनेण्डर ने आक्रमण किया था, पर सेल्युकस ही की तरह उसे भी हार कर जाना पड़ा था।

शुङ्गवंश के पश्चात क्रमशः कण्व, आन्ध्र और कुशानवंश (एक तातारी जाति) के राज्य रहे। कुशानवंश में महाराज कनिष्क बड़े प्रतापी हुए। इन्होंने भी सम्राट् अशोक ही की तरह बौद्ध धर्म का प्रचार किया।

इस काल में बौद्ध धर्म के अन्तर्गत बहुत विकृति उत्पन्न हो गई थी, धर्म को भ्रष्ट करने वाले बहुत से स्वार्थी लोग आचार्य्य का रूप धारण कर कर के इसमें घुस गये थे। वे लोग भगवान बुद्ध के बतलाये हुए मार्गों का अपनी इच्छानुसार अर्थ लगा-कर लोगों को भ्रम में डालने लगे। तब कनिष्क ने बौद्ध धर्म की एक बड़ी सभा कश्मीर में की। इसी सभा में बुद्धों के "महायान"

और "हीनयान" नामक दो फिरके हो गये। एक तरह से देखा जाए तो यहीं से बौद्ध धर्म के पतन का इतिहास प्रारम्भ होता है। इस काल में पाटलिपुत्र आदि कई केन्द्र स्थानों में इन बौद्धों के सैकड़ों ऐसे अड्डे या संघाराम पाये जाते थे जहाँ नित्य प्रति नये २ अनाचार और अत्याचार होते रहते थे।

कुशान वंश के पश्चात् भारत के इतिहास में गुप्त साम्राज्य का प्रारम्भ होता है। इस वंश का सूत्रपात चन्द्रगुप्त नामक राजा से होता है। यह राजा यद्यपि इस साम्राज्य का सूत्रधार है तथापि इस साम्राज्य की पूर्ण उन्नति इसके पुत्र सम्राट् समुद्रगुप्त के समय में होती है। समुद्रगुप्त बड़ा ही उत्साही, महत्वाकांक्षी और युद्ध प्रिय सम्राट् था। इसने अपने जीवन में कोई सौ युद्ध किये होंगे। इसने अपने साम्राज्य का बहुत अधिक विस्तार किया। इस साम्राज्य में भी प्रजा मौर्य्य काल ही की तरह सुखी और सम्पन्न थी। इसने कोई पचास वर्ष तक राज्य किया।

समुद्रगुप्त के पश्चात् उसकी गद्दी पर उसका पुत्र दूसरा चन्द्रगुप्त, जिसे विक्रमादित्य भी कहते हैं, बैठा। यह सम्राट् समुद्रगुप्त से भी अधिक यशस्वी हुआ। इसके समय में प्रसिद्ध चीनी यात्री फ़ाहियान आया था। उसने उस समय के भारत का जो वर्णन किया है उसें देख कर दांतों तले उंगली दबाना पड़ता है। इस काल में भारतीय-साहित्य ने भी बहुत उन्नति की। यहां यह बात स्मरण रखना चाहिए कि इस काल में बौद्धधर्म अपनी स्वार्थ लोलुपता से धीरे २ नष्ट होता जा रहा था।

चन्द्रगुप्त के पश्चात् उसका पुत्र कुमारगुप्त तख्तनशीन हुआ। प्रारम्भ में तो इसने भी राज-कार्य्य बहुत अच्छी तरह

सम्पादित किया, पर अपनी वृद्धावस्था में इसने दूसरा विवाह कर लिया था। इस विवाह के करते ही यह राजकार्य को छोड़ कर अपनी बाल पत्नी के साथ विलास मन्दिरों में रहने लगा। राज्य कार्य्य की ओर से इसने बिलकुल मुख मोड़ लिया। जिस से इसकी सेना और सेनापति तथा शासन और शासन व्यवस्था सब खराब हो गई। ऐसे विकट समय में इस देश के अन्तर्गत महाबर्बर नृशंस हूण जाति का आगमन हुआ। कुछ दिनों तक तो कुमारगुप्त के पुत्र स्कन्दगुप्त और उसके सेनापति ने वीरतापूर्वक इसका मुकाबिला किया। पर कुमारगुप्त के मरते ही अर्थात् स्कन्धगुप्त के सिंहासनासीन होते ही भारत की भाग्यलक्ष्मी इस जाति के पक्ष में चली गई। जिस प्रकार फ्रान्स के चौदहवें लुई के पाप का फल बेचारे सोलहवें लुई को भुगतना पड़ा, उसी प्रकार कुमारगुप्त के पाप का फल स्कन्धगुप्त को भोगना पड़ा।

यहीं से प्रतापी गुप्त साम्राज्य अन्त होता है। इसके बाद से लेकर हर्षवर्द्धन के पहले तक का प्रामाणिक इतिहास अभी तक नहीं मिलता।

इस चक्र का गिरा हुआ भारत हर्षवर्द्धन के काल में एक बार और उन्नत होता है। कुशल और नीतिज्ञ सम्राट् हर्ष-वर्द्धन के नीचे जाकर भारतीय समाज एक बार और फलता फूलता है। हर्ष स्वयं एक विद्वान् और कवि था। इसके समय में यहाँ के विद्या विभाग ने खूब उन्नति की, नालन्द और तक्षशिला के विद्यालय उस समय खूब उन्नति पर थे। इसके अतिरिक्त शासन के और २ विभाग भी खूब उन्नति पर थे। इसके समय में प्रसिद्ध चीनी यात्री हुएनसङ्ग आया था। उसने उस समय का बड़ा ही रोचक वर्णन लिखा है।

इसी समय में दक्षिण में राजा पुलकेशी राज्य करता था, यह बहुत प्रतापी था। यहाँ तक कि हर्षवर्द्धन को भी इसके मुकाबिले में हारना पड़ा था।

बस यहीं से भारत के गौरव का इतिहास खतम होता है। हर्षवर्द्धन के बाद ही यहाँ की सामाजिक और धार्मिक व्यवस्था ऐसी बिगड़ी कि जिसका सुधरना आज भी कठिन हो रहा है। यहां की उदारता मूर्खतामय हो गई और मनुष्यत्व अविचार पूर्ण। इसके दृष्टान्त भारतीय इतिहास में स्थान २ पर देखने को मिलते हैं।

इन्हीं दिनों में अरब के अन्तर्गत महम्मद पैगम्बर का प्रादुर्भाव हुआ और मुसलमानी धर्म की नींव पड़ी। मुसलमान स्वभाव से ही युद्ध प्रिय होते हैं। धीरे २ इन्होंने भारतवर्ष पर भी आक्रमण किया। सब से पहले सातवीं सदी में मुहम्मद बिन कासिम नामक एक अठारह वर्ष के लड़के ने सात हजार फौज के साथ भारत पर आक्रमण किया। दाहिर ने एक लाख फौज के साथ उससे युद्ध किया। पर हाय! विजय मिलते २ उसकी पताका मुहम्मद के तीर से नीचे गिर पड़ी। जिसके गिरते ही सारी विजयी सेना भाग निकली दाहिर ने आत्महत्या की, और मुहम्मद उसकी दोनों कन्याओं को पकड़ कर ले गया। इस प्रकार भारतीय नाटक का एक दुःखान्त दृश्य समाप्त हुआ। शायद ही दुनियां के किसी इतिहास में ऐसे दृश्य देखने को मिलते हैं।

इसके पश्चात् भारतीय इतिहास में बहुत धींगा धींगी के युग का आविर्भाव होता है। महम्मद गज़नवी की सत्रह चढ़ाइयां होती हैं। लाखों हाथों से भारतवर्ष की सम्पति लूटी जाती है। बाद में मुहम्मद गोरी की बारह चढ़ाइयाँ होती हैं। पृथ्वी-

राज उस काले साँप को बारबार पकड़ कर शरणागत (?) समझ छोड़ देते हैं। इस भयंकर उदारता (या मूर्खता?) का परिणाम यह होता है कि एक दिन उसी शरणागत (?) के हाथ से उनके प्राण जाते हैं। और साथ ही देश भी हमेशा के लिए गुलामी के अन्धकार में लीन हो जाता है। पृथ्वी-राज के इस राजनैतिक पाप का फल सारे देश को भुगतना पड़ता है।

गौरी वंश के बाद गुलाम वंश का और उसके बाद खिलजी वंश का उदय होता है। गयासुद्दीन को मारकर अलाउद्दीन तख़्त पर बैठता है। वह मेवाड़ के राणा लक्ष्मण सिंह के बड़े भाई की स्त्री "पद्मिनी" की बहुत तारीफ़ सुनकर उसे प्राप्त करने के लिए चित्तौड़ पर चढ़ाई करता है। पर जब राणा से पूरा नहीं पड़ता है तो अन्त में उनसे सुलह करके वह एकबार पद्मिनी को देखने की इच्छा प्रकट करता है और मज़ा यह कि राणा उस विषयान्ध की प्रार्थना को स्वीकार भी कर लेते हैं। काँच में पद्मिनी का प्रतिबिम्ब उसे दिखाया जाता है। उसी समय वह मदान्ध हो जाता है। ऐसी स्थिति में भीमसेन उसे पहुँचाने जाते हैं। फल वही होता है जो स्वाभाविकतया होना चाहिए था। भीम सिंह क़ैद कर लिये जाते हैं। फिर घमासान युद्ध होता है। राजपूत वीर वीरतापूर्वक प्राण दे देते हैं। और और अनेक निरपराध सतियों को पद्मिनी सहित चिता में बैठ कर मरना पड़ता है। एक मनुष्य के पाप का प्रायश्चित्त इतने लोगों को करना पड़ता है।

अपने घर में अपने विषदान्त शत्रु को ला कर पद्मिनी उसे [illegible] दिखाना, और फिर उसे उसको [illegible] में पहुँचाने पहुँ-
चाना (?) कितनी बड़ी उदारता (!) है। भारत के

इतिहास को छोड़कर ऐसी उदारता के दृश्य किस इतिहास में मिलेंगे?

इसके पश्चात् पठान राज्य में कोई उल्लेखयोग्य घटना नहीं मिलती। पठान राज्य के पश्चात् मुगल राज्य का उदय होता है। इसका मूल सूत्रधार "बाबर" था। भारत वर्ष में उस समय चित्तौड़ के आसन पर राणा संग्रामसिंह आसीन थे। ये बड़े ही युद्ध कुशल और राजनीतिज्ञ थे। इन्होंने बाबर के खूब ही छक्के छुड़ाये। स्वयं बाबर ने अपने रोजनामचे में इनकी बहादुरी की तारीफ की है। पर आखिर इनको भी इसी प्रकार की कमजोरी के कारण हारना पड़ा। अन्तिम युद्ध में ये हाथी पर बैठकर युद्ध कर रहे थे। वह समय अनकरीब था जब इनको विजय मिलती। पर इतने ही में इनको एक तीर आकर लगता है। जिससे ये घायल हो जाते हैं, बस, इनका पतन देखते ही इनकी सारी फौज़ तीतर बीतर होकर भाग जाती है और विजय अनायास ही बाबर को मिल जाती है।

इस प्रकार की सैनिक कमजोरी के एक नहीं बीसों दृश्य हमारे इतिहास में देखने को मिलते हैं।

बाबर के पश्चात् उसका लड़का हुमायूं और उसके पश्चात् उसका लड़का अकबर गद्दी पर बैठता है। अकबर बड़ा ही बुद्धिमान, राजनीति चतुर और नेक आदमी था। उस समय हमारे चित्तौड़ के आसन पर प्रातःस्मरणीय महाराणा प्रताप आसीन थे। अकबर की राजनीति के चङ्गुल में आकर प्रायः सब क्षत्रिय अपने मान और इज्जत का हवन कर चुके थे। ऐसे विकट समय में छोटे से मेवाड़ का स्वामी अकेला "प्रताप" भारत के सम्राट् अकबर के सामने प्रकाशमान सूर्य्य की तरह छाती तानकर खड़ा था। [illegible]

आराम से सोने को जगह नहीं मिलो थी, महीने में आधे दिन उपवास काटना पड़ते थे पर इन सब बातों की कोई परवाह न करते हुए राणा प्रताप ने बराबर पचीस वर्षों तक अकबर मुकाबिला किया था। यदि प्रताप चाहते तो सब आदमियों का संगठन कर देश को आज़ाद कर सकते थे। पर उन्होंने ऐसा करना स्वीकार नहीं किया। कहना ही पड़ेगा कि धार्मिक संकीर्णता ने उनका भी पिण्ड नहीं छोड़ा था।

अकबर के पश्चात् उसका लड़का जहाँगीर और उसके पश्चात् शाहजहाँ गद्दी पर बैठा। इन लोगों के काल में ऐसी कोई विशेष महत्वपूर्ण घटनाएँ न हुईं। शाहजहाँ के पश्चात् उसका लड़का औरङ्गजेब अपने तीन भाइयों को मार कर गद्दी पर बैठा। यह कट्टर मुसलमान था, इसकी नीति अकबर से बिलकुल विरुद्ध थी। इसने हिन्दुओं पर भयङ्कर जुल्म किये और अपने जुल्मों से इसने क्रान्ति के अनुकूल क्षेत्र उत्पन्न कर दिया। इसके चार बड़े २ दुश्मन खड़े हो गये। दक्खिन में शिवाजी, मेवाड़ में राजसिंह, बुन्देलखण्ड में छत्रसाल, और पञ्जाब में गुरु गोविन्द सिंह। औरङ्गजेब की ज़िन्दगी तक तो किसी प्रकार मुगल साम्राज्य टिका रहा, पर उसके मरते ही यह बालू के ढूह की तरह गिर पड़ा।

इस काल में फिर भारतवर्ष में धाँगाधींगी मची। इस काल में मराठे बड़े प्रतापी थे यदि वे कुछ राजनैतिकता के साथ काम लेते तो अवश्य अपना साम्राज्य स्थापित कर लेते। पर इन्होंने अपना मूल उद्देश लूट मार ही रक्खा। इस लूट मार में मनुष्यत्व का लेश भी न होता था। उस दुःख पूर्ण कहानी को पढ़ कर आज भी रोंगटे खड़े हो जाते हैं।

इसके पश्चात् धीरे २ अंग्रेज़ी राज्य का उदय हुआ।

सातवां अध्याय

समाज दर्शन

काल के दुर्दान्त चक्र से—समय की भयङ्कर चोटों से—क्षुब्ध होकर अब भारतवर्ष का हिन्दू समाज तिल-मिला उठा है। उसका शिक्षित अङ्ग अब इस बात को महसूस करने लगा है कि यदि समय की गति के अनुसार हिन्दू समाज का कायापलट न किया गया तो संसार की घुड़दौड़ में इसका कुचल जाना अवश्यम्भावी है। बड़े २ मनस्वी नेता इसकी चिकित्सा करने में तुले हुए हैं। वे अब उन पुराने पापों को धो डालना चाहते हैं जिनके प्रताप से यह भयङ्कर गुलामी और विकट दुर्दशा हमारे गले में पड़ी है। इस समय प्रायः सारे देश की निगाह—

हिंदू संगठन

पर स्थित है। लोगों का अनुमान है—और सच्चा अनुमान है कि सङ्गठन न होने की वजह ही से आज करीब तेरह सौ वर्षों से हिन्दू-समाज—अगाध हिन्दूसमाज—दुर्दशा के दल २ में फँसा हुआ है। इस देश में अपने पैरों की ठोकर से धराको कम्पायमान करने वाले वीर उत्पन्न हुए, इस देश में अपने सतीत्व के प्रताप से इन्द्र के आसन को हिला देने वाली सतियों अवतीर्ण हुई, इस देश में अपने विचारों के प्रकाश से संसार को चकित करने वाले दार्शनिक हुए, इसी देश में महा-

वीर हुए, बुद्ध हुए, शङ्कराचार्य्य हुए, गुरु
शिवाजी हुए, राणप्रताप हुए और आज इ
में भी गांधी जी के समान दिव्य नेता यहाँ
फिर भी हमारी मन चाही मुराद पूरी नहीं
का गल ग्रह गले से दूर नहीं होता। वीरों
का सतीत्व, और दार्शनिकों के गम्भीर विच
को दूर करने में समर्थ न हुए। धर्म का दि
से टकरा कर वापस फ़िर गया, पर उसे दू
दुर्दशा दिन २ बढ़ती ही गई और आज तो
भीष्म और द्रोण की सन्तान हिन्दू जाति अ
और सन्तानों की रक्षा करने में भी असमर्थ

इसका मूल कारण क्या है? इसका जवा
बड़े २ मनस्वी नेताओं ने दिया है और एक
है। वह शब्द है "सङ्गठन का अभाव"। जिस
का सङ्गठन कमजोर हो गया—जिस दिन से
जातियों में कण २ के होकर बिखर गये उसी
पतन का इतिहास प्रारम्भ है। बने के साथ
हैं बिखरे हुए का साथी खुदा भी नहीं रहता।
कुल सत्य है। इसको सत्यता हमारे इतिहास
आती है। नहीं तो भला तैंतीस करोड़ देवता
भी हिन्दुओं की यह दशा क्यों होती!

मनस्वी विद्वान कहते हैं कि यदि इस दुर्द
हो तो सारे हिन्दू समाज को सङ्गठन के एक
यदि यह कार्य्य शान्ति से सम्पन्न न होतो क्रान्ति
सम्पन्न करो। इसमें आने वाली जो बाधाएं हों
कर दो। सब से पहली और बड़ी बाधा इस स

व बिगड़े हुए समय
उपस्थित हैं मगर
होती, कारण कष्ट
का वीरत्व, सतियों
हार भी इस दुर्दशा
व्य तेज इस दुर्दशा
र न कर सका।
यह हालत है कि
राज अपनी स्त्रियों
है!
व आज कल के
ही शब्द में दिया
दिन से हम लोगों
हम लोग अलग २
दिन से हमारे
सब कोई रहते
यह कहावत बिल-
में स्पष्ट नज़र
ओं के रहते हुए
शा को सुधारना
सूत्र में बाँध दो।
के द्वारा इसको
इन सब को दूर
ङ्गठन में—

छुआछूत का प्रश्न

है। हमारे पूर्वजों ने पवित्रता के उच्च सिद्धान्त को सामने रखकर आचार धर्म की मर्यादा समाज़ में स्थापित की थी। ताकि लोग प्राकृतिक सौन्दर्य का आनन्द लेना सीखें और हृदय की शुद्धि सद्गुणों के द्वारा करें। वे Cleanliness is godliness के सुन्दर सिद्धान्त को मानते थे। उनका विश्वास था कि आचार की शुद्धता ईश्वर के पास पहुँचती है।

पर और २ नियमों की तरह यह नियम भी समाज के स्वार्थी लोगों की कृपा से भ्रष्ट होकर छुआछूत के रूप में परिणत हो गया। नहीं तो भला "उदार चरितानांतु वसुधैव कुटुम्बकम्" के जनक महर्षि इस संकीर्णता मय नियम को कैसे जन्म दे सकते थे।

धीरे २ मुसलमानी काल में तो इस नियम ने और भी भयङ्कर रूप धारण किया। इसी नियम ने लाखों हिन्दी विलखती आत्माओं को केवल इस अपराध पर कि उनको युद्ध में पकड़ कर-मुसलमानों ने जबर्दस्ती मुसलमान बना लिया था—विधर्मियों के हाथ सौंप दिया। इन लोगों में कई बड़े २ वीर थे, कई देश भक्त थे इन सबों को हिन्दू जाति ने, इसी नियम के कारण हमेशा के लिए अपना दुश्मन बना लिया। इसी नियम के कारण विधर्मियों ने सैकड़ों प्रलोभनों के द्वारा हिन्दू बच्चों को हथिया लिया। परिणाम यह हुआ कि सुन्दर सरल सिद्धान्तों द्वारा संगठित हिन्दू समाज धीरे २ अपने ही बड़े बन्धनों के द्वारा टुकड़े २ हो गया। उसमें हजारों जातियों और उपजातियाँ पैदा हो गईं। सहानुभूति की भावनाएं नष्ट होकर भेद-भाव की भावनाएँ उत्पन्न हो गईं।

गोविन्दसिंह हुए,
वीर हुए, बुद्ध हुए, शङ्कराचार्य्य हुए, गुरु न बिगड़े हुएसमय
शिवाजी हुए, राणप्रताप हुए और आज इ उपस्थित हैं मगर
में भी गांधी जी के समान दिव्य नेता यहाँ होती, दारुण कष्ट
फिर भी हमारी मन चाही मुराद पूरी नहीं ना वीरत्व, सतियों
का गल ग्रह गले से दूर नहीं होता। वीरों वार भी इस दुर्दशा
का सतीत्व, और दार्शनिकों के गम्भीर विचय तेज इस दुर्दशा
को दूर करने में समर्थ न हुए। धर्म का दिर न कर सका।
से टकरा कर वापस फ़िर गया, पर उसे दुायह हालत है कि
दुर्दशा दिन २ बढ़ती ही गई और आज तो ज अपनी स्त्रियों
भीष्म और द्रोण की सन्तान हिन्दू जाति अहै!
और सन्तानों की रक्षा करने में भी असमर्थ है आज कल के

इसका मूल कारण क्या है? इसका जवाबी शब्द में दिया
बड़े २ मनस्वी नेताओं ने दिया है और एक हिन से हम लोगों
है। वह शब्द है "सङ्गठन का अभाव"। जिस मि लोग अलग २
का सङ्गठन कमजोर हो गया—जिस दिन सेह दिन से हमारे
जातियों में कण २ के होकर बिखर गये उसी सब कोई रहते
पतन का इतिहास प्रारम्भ है। यने के साथी इ कहावत बिल·
हैं बिखरे हुएका साथी खुदा भी नहीं रहता। यमें स्पष्ट नज़र
कुल सत्य है। इसकी सत्यता हमारे इतिहास मों के रहते हुए
आती है। नहीं तो भला तैंतीस करोड़ देवताओं
भी हिन्दुओं की यह दशा क्यों होती! ा को सुधारना

मनस्वी विद्वान कहते हैं कि यदि इस दुर्दशा में बाँध दो।
हो तो सारे हिन्दू समाज को सङ्गठन के एक सूत्र द्वारा इसको
यदि यह कार्य्य शान्ति से सम्पन्न न होतो क्रान्ति न सब को दूर
सम्पन्न करो। इसमें आने वाली जो बाधाएं हों ठन में—
कर दो। सब से पहली और बड़ी स

छुआछूत का प्रश्न

है। हमारे पूर्वजों ने पवित्रता के उच्च सिद्धान्त को सामने रखकर आचार धर्म की मर्यादा समाज़ में स्थापित की थी। ताकि लोग प्राकृतिक सौन्दर्य का आनन्द लेना सीखें और हृदय की शुद्धि सद्गुणों के द्वारा करें। वे Cleanliness is godliness के सुन्दर सिद्धान्त को मानते थे। उनका विश्वास था कि आचार की शुद्धता ईश्वर के पास पहुँचती है।

पर और ४ नियमों की तरह यह नियम भी समाज के स्वार्थी लोगों की कृपा से भ्रष्ट होकर छुआछूत के रूप में परिणत हो गया। नहीं तो भला "उदार चरितानांतु वसुधैव कुटुम्बकम्" के जनक महर्षि इस संकीर्णता मय नियम को कैसे जन्म दे सकते थे।

धीरे २ मुसलमानी काल में तो इस नियम ने और भी भयङ्कर रूप धारण किया। इसी नियम ने लाखों रोती बिलखती आत्माओं को केवल इस अपराध पर कि उनको युद्ध में पकड़ कर-मुसलमानों ने जबर्दस्ती मुसलमान बना लिया था—विधर्मियों के हाथ सौंप दिया। इन लोगों में कई बड़े २ वीर थे, कई देश भक्त थे इन सबों को हिन्दू जाति ने, इसी नियम के कारण हमेशा के लिए अपना दुश्मन बना लिया। इसी नियम के कारण विधर्मियों ने सैकड़ों प्रलोभनों के द्वारा हिन्दू बच्चों को हथिया लिया। परिणाम यह हुआ कि सुन्दर सरल सिद्धान्तों द्वारा संगठित हिन्दू समाज धीरे २ अपने ही कड़े बन्धनों के द्वारा टुकड़े २ हो गया। उसमें हजारों जातियाँ और उपजातियाँ पैदा हो गईं। सहानुभूति की भावनाएं नष्ट होकर भेद-भाव की भावनाएँ उत्पन्न हो गईं।

वीर हुए, बुद्ध हुए, शङ्कराचार्य्य हुए, गुरु गो
शिवाजी हुए, राणप्रताप हुए और आज इस
में भी गांधी जी के समान दिव्य नेता यहाँ उ
फिर भी हमारी मन चाही मुराद पूरी नहीं हो
का गल ग्रह गले से दूर नहीं होता। वीरों का
का सतीत्व, और दार्शनिकों के गम्भीर विचार
को दूर करने में समर्थ न हुए। धर्म का दिव्य
से टकरा कर वापस फिर गया, पर उसे दूर
दुर्दशा दिन २ बढ़ती ही गई और आज तो य
भीष्म और द्रोण की सन्तान हिन्दू जाति आज
और सन्तानों की रक्षा करने में भी असमर्थ है!

इसका मूल कारण क्या है? इसका जवाब
बड़े २ मनस्वी नेताओं ने दिया है और एक ही
है। वह शब्द है "सङ्गठन का अभाव"। जिस दिन
का सङ्गठन कमजोर हो गया—जिस दिन से हम
जातियों में कण २ के होकर बिखर गये उसी दि
पतन का इतिहास प्रारम्भ है। चने के साथी स
हैं बिखरे हुए का साथी खुदा भी नहीं रहता। यह
कुल सत्य है। इसको सत्यता हमारे इतिहास में
आती है। नहीं तो भला तैंतीस करोड़ देवताओं
भी हिन्दुओं की यह दशा क्यों होती!

मनस्वी विद्वान कहते हैं कि यदि इस दुर्दशा
हो तो सारे हिन्दू समाज को सङ्गठन के एक सूत्र
यदि यह कार्य शान्ति से सम्पन्न न हो तो क्रान्ति के
सम्पन्न करो। इसमें आने वाली जो बाधाएं हों उन
कर दो। सब से पहली और बड़ी बाधा इस सङ्गठ

छुआछूत का प्रश्न

है। हमारे पूर्वजों ने पवित्रता के उच्च सिद्धान्त को सामने रखकर आचार धर्म की मर्यादा समाज़ में स्थापित की थी। ताकि लोग प्राकृतिक सौन्दर्य का आनन्द लेना सीखें और हृदय की शुद्धि सद्गुणों के द्वारा करें। वे Cleanliness is godliness के सुन्दर सिद्धान्त को मानते थे। उनका विश्वास था कि आचार की शुद्धता ईश्वर के पास पहुँचती है।

पर और २ नियमों की तरह यह नियम भी समाज के स्वार्थी लोगों की कृपा से भ्रष्ट होकर छुआछूत के रूप में परिणत हो गया। कहाँ तो भला "उदार चरितानांतु वसुधैव कुटुम्बकम्" के जनक महर्षि इस संकीर्णता मय नियम को कैसे जन्म दे सकते थे।

धीरे २ मुसलमानों काल में तो इस नियम ने और भी भयङ्कर रूप धारण किया। इसी नियम ने लाखों रोती बिलखती आत्माओं को केवल इस अपराध पर कि उनको युद्ध में पकड़ कर-मुसलमानों ने जबर्दस्ती मुसलमान बना लिया था—विधर्मियों के हाथ सौंप दिया। इन लोगों में कई बड़े २ वीर थे, कई ऐसे भक्त थे इन सबों को हिन्दू जाति ने, इसी नियम के कारण हमेशा के लिए अपना दुश्मन बना लिया। इसी नियम के कारण विधर्मियों ने ईसाई मिशनरियों के द्वारा हिन्दू बच्चों को हथिया लिया। परिणाम यह हुआ कि सुन्दर सामाजिक नियमों द्वारा संगठित हिन्दू समाज धीरे २ अपने ही कई कारणों के द्वारा टुकड़े २ हो गया। उसमें हजारों जातियाँ और उपजातियाँ पैदा हो गईं। भारतवर्ष की [illegible] [illegible] और [illegible] की [illegible] उत्पन्न हो गईं।

वीर हुए, बुद्ध हुए, शङ्कराचार्य्य हुए, गुरु गोविन्दसिंह हुए, शिवाजी हुए, राणाप्रताप हुए और आज इस बिगड़े हुए समय में भी गांधी जी के समान दिव्य नेता यहाँ उपस्थित हैं मगर फिर भी हमारी मन चाही मुराद पूरी नहीं होती, दारुण कष्ट का गल ग्रह गले से दूर नहीं होता। वीरों का वीरत्व, सतियों का सतीत्व, और दार्शनिकों के गम्भीर विचार भी इस दुर्दशा को दूर करने में समर्थ न हुए। धर्म्म का दिव्य तेज इस दुर्दशा से टकरा कर वापस फ़िर गया, पर उसे दूर न कर सका। दुर्दशा दिन २ बढ़ती ही गई और आज तो यह हालत है कि भीष्म और द्रोण की सन्तान हिन्दू जाति आज अपनी स्त्रियों और सन्तानों की रक्षा करने में भी असमर्थ है!

इसका मूल कारण क्या है? इसका जवाब आज कल के बड़े २ मनस्वी नेताओं ने दिया है और एक ही शब्द में दिया है। वह शब्द है "सङ्गठन का अभाव"। जिस दिन से हम लोगों का सङ्गठन कमजोर हो गया—जिस दिन से हम लोग अलग २ जातियों में कण २ के होकर बिखर गये उसी दिन से हमारे पतन का इतिहास प्रारम्भ है। बने के साथी सब कोई रहते हैं बिखरे हुए का साथी खुदा भी नहीं रहता। यह कहावत बिल-कुल सत्य है। इसकी सत्यता हमारे इतिहास में स्पष्ट नज़र आती है। नहीं तो भला तैंतीस करोड़ देवताओं के रहते हुए भी हिन्दुओं की यह दशा क्यों होती!

मनस्वी विद्वान कहते हैं कि यदि इस दुर्दशा को सुधारना हो तो सारे हिन्दू समाज को सङ्गठन के एक सूत्र में बाँध दो। यदि यह कार्य्य शान्ति से सम्पन्न न होतो क्रान्ति के द्वारा इसको सम्पन्न करो। इसमें आने वाली जो बाधाएं हों उन सब को दूर कर दो। सब से पहली और बड़ी बाधा इस सङ्गठन में—

छुआछूत का प्रश्न

है। हमारे पूर्वजों ने पवित्रता के उच्च सिद्धान्त को सामने रखकर आचार धर्म की मर्यादा समाज में स्थापित की थी। ताकि लोग प्राकृतिक सौन्दर्य का आनन्द लेना सीखें और हृदय की शुद्धि सद्गुणों के द्वारा करें। वे Cleanliness is godliness के सुन्दर सिद्धान्त को मानते थे। उनका विश्वास था कि आचार की शुद्धता ईश्वर के पास पहुँचती है।

पर और २ नियमों की तरह यह नियम भी समाज के स्वार्थी लोगों की कृपा से भ्रष्ट होकर छुआछूत के रूप में परिणत हो गया। नहीं तो भला "उदार चरितानांतु वसुधैव कुटुम्बकम्" के जनक महर्षि इस संकीर्णता मय नियम को कैसे जन्म दे सकते थे।

धीरे २ मुसलमानों काल में तो इस नियम ने और भी भयङ्कर रूप धारण किया। इसी नियम ने लाखों रोती बिलखती आत्माओं को केवल इस अपराध पर कि उनको युद्ध में पकड़ कर-मुसलमानों ने जबर्दस्ती मुसलमान बना लिया था—विधर्मियों के हाथ सौंप दिया। इन लोगों में कई बड़े २ वीर थे, कई देश भक्त थे इन सबों को हिन्दू जाति ने, इसी नियम के कारण हमेशा के लिए अपना दुश्मन बना लिया। इसी नियम के कारण विधर्मियों ने सैकड़ों प्रलोभनों के द्वारा हिन्दू बच्चों को हथिया लिया। परिणाम यह हुआ कि सुन्दर सरल सिद्धान्तों द्वारा संगठित हिन्दू समाज धीरे २ अपने ही कई वचनों के द्वारा टुकड़े २ हो गया। उसमें हजारों जातियाँ और उपजातियाँ पैदा हो गईं। सहानुभूति की भावनायें नष्ट होकर भेद-भाव की भावनायें उत्पन्न हो गईं।

करते है। इसको
आचार की शुद्धता को सब लोग स्वीकार हो सकती कि
भी स्वीकार करने में किसी को आपत्ति नहं वाले व्यक्ति के
किसी गन्दे, गलीच और खराब संस्कारोंकारों की उत्पत्ति
हाथ का अन्न जल ग्रहण करने से खराब संराह शुद्धता और
होती है। पर इसका यह अर्थ नहीं कि २ जाय। ब्राह्मण
अशुद्धता की कसौटी जन्म पर निर्भर रक्खीग्रौर दुःसंस्कारों
वंश में जन्म लेकर भी एक व्यक्ति दुराचारी श लेकर भी एक
से युक्त हो सकता है और अछूत वंश में जन्मो सकता है,
व्यक्ति सदाचारी और सद्संस्कारों से युक्त ' का अन्न जल
फिर क्या कारण है कि ऐसे ब्राह्मण के हाथछूने में भी पाप
तो ग्रहण कर लिया गया और ऐसे शूद्र को समान हो जाय
समझा जाय और फिर यदि वही शूद्र मुसा रहे। यह एक
तो फिर उसको पास बैठाने में कोई आपत्ति ततष्क को मान्य
ऐसा नियम है जो किसी भी विचार शील मरि
नहीं हो सकती। न किया जाय

यदि किसी के हाथ का अन्न जल ग्रहण। दूसरे ब्राह्मण
तौभी कोई विशेष हानि नहीं। एक ब्राह्मण भीण है हम उन
के हाथ का अन्न नहीं खाता है पर यह क्या कादेश लें तो हमें
लोगों को स्पर्श भी न करें, उन्हें हम आँखों से। हमें प्रायश्चित
पाप लगे, उनकी परछाहीं हम पर पड़ जाय तो भयंकर हैं कि
करना पड़े *। हम लोगों के ये अपराध ऐसे पापों के फल
जिन्हेंप्रकृति कभी क्षमा नहीं कर सकती। इन्हीं व तक इनको
आज हम भुगत रहे हैं और तब तक भुगतेंगे आ
दूर कर इनका प्रायश्चित न कर डालेंगे। पर उनको

* मद्रास में कई जातियाँ ऐसी हैं जिनको देख लेने मात्र से प्रायश्चित करना पड़ता है।

इसका भयंकर परिणाम यह हुआ कि कई छोटी छोटी जातियों में योग्य कन्या को योग्य वर का और योग्य वर को योग्य कन्या का मिलना कठिन हो गया। जिसके परिणाम स्वरूप हर एक जाति में तरकारी भाजी की तरह वर कन्याओं का बिकना शुरू हो गया। एक ओर तो दस दस ग्यारह २ वर्ष की लड़कियाँ साठ २ वर्ष के वृद्धों के साथ और दूसरी ओर बारह बारह वर्ष की लड़कियां दस दस वर्ष के बच्चों के साथ व्याही जाने लगीं। इस अनमेल विवाह प्रथा के कारण समाज में हजारों बाल विधवाओं का दारुण और मर्मभेदी क्रन्दन वायुमण्डल में छा रहा है। व्यभिचार का बाजार गर्म हो रहा है, भ्रूण हत्याएँ हो रही हैं और समाज में कमजोर सन्तानें बढ़ रही हैं।

यह सब दारुण दृश्य उसी हालत में दूर हो सकता है जब इस जातिपाँति के सारे किले को नष्ट भ्रष्ट कर केवल चार वर्णों का अस्तित्व रहने दिया जाय। ब्राह्मण ब्राह्मण सब एक समझे जायँ, इसी प्रकार सब क्षत्रिय, सब वैश्य और सब शूद्र अपनी एक एक जाति स्थापित करलें, प्रत्येक वर्ण में आपस में रोटी बेटी का का व्यवहार जारी हो जाय। तभी कुछ वास्तविक सुधार हो सकता है।

विधवाओं का प्रश्न

हम ऊपर लिख आये हैं कि जाति पांति के कारण समाज में हजारों विवाह अनमेल होते हैं। जिसके फल स्वरूप समाज में हजारों विधवाएं दृष्टिगोचर होती है, व्यभिचार और भ्रूण-हत्या का बाजार गर्म हो रहा है। इस करुणा जनक व्यापार को बन्द किये बिना सच्चा हिन्दू-संगठन घटित नहीं हो सकता, पर इसका उपाय क्या किया जाय?

यह सत्य है कि सतीत्वधर्म को हम लोग अनादि काल से त महत्त्व देते आ रहे हैं, हमारे आचार में और हमारे साहित्य सतीत्व धर्म की बहुत महिमा गायी गई है। यही कारण है हमारे हिन्दू समाज में जब एक पति के मर जाने पर स्त्री दूसरे विवाह का नाम लिया जाता है, तब सच्चे सनातन-र्मी हिन्दुओं के हृदय में बड़ा गम्भीर धक्का लगता है। ऐसे ावुक और आदर्शवादी लोगों के विचारों की कोई निन्दा हीं कर सकता। पर इसके साथ ही आधुनिक परिस्थिति ी भी कोई उपेक्षा नहीं कर सकता। हम पूछते हैं कि क्या विधवा-विवाह का प्रचार न होने पर आप की स्त्रियों के सती-त्वधर्म की रक्षा हो रही है? उत्तर में सिवाय नहीं के और कहा ही क्या जा सकता है। ऐसी स्थिति में जब सतीत्वधर्म की ऐसे भी रक्षा नहीं हो सकती, तब क्यों न विधवा-विवाह को सामाजिक रूप देकर गुप्त व्यभिचार और भ्रूण हत्याएं मिटा दी जायँ।

अवश्य विधवा-विवाह हमारे उच्च आदर्श से पतन है। पर जो भयङ्कर पतन अभी हो रहा है उससे अधिक यह पतन नहीं है।

विधवाओं की स्थिति पर जरा विचार कोजिए। बाल्य-जीवन से ही ये कितने भ्रष्ट संस्कारों में पाली जाती हैं। आठ दस वर्ष की होते न होते उन्हें अपने कुटुम्ब से भ्रष्ट रसिकता की सब शिक्षाएं मिल जाती हैं। ये इस विद्या में पारङ्गत हो जाती हैं और उसी समय किसी दस बारह बरस के बालक के साथ उनका विवाह कर दिया जाता है। इसी समय से दुःसंस्कारों में परिपालित होने के कारण इनका ब्रह्मचर्य नष्ट है। असमय में वीर्य नाश होने से इनका स्वास्थ्य

नष्ट हो जाता है और कई रमणियों के बाल पति खोए होते २ कुछ समय बाद इस असार संसार को छोड़ कर चल बसते हैं। उन बेचारियों पर संसार का सब से बड़ा गज़ब टूट पड़ता है!

इन भाग्य की मारी बाल-विधवाओं को देख कर उनके सब कुटुम्बी घृणा से मुंह फेरने लगते हैं। स्त्रियां उन्हें पति को खाने वाले डाइन कह कर ताने मारती हैं। उन बालिकाओं के सामने उनकी भौजाइएं, उनकी देवरानियें और जिठानियें अनेक रसिकता की क्रीड़ाएं करती हैं। वे इन सब बातों को मन मसोस कर सहन करती हैं। ईधर मुहल्ले और ग्राम के नवयुवक उन बेचारियों को अलग भ्रष्ट करने का प्रयत्न करते हैं। घर वाले ताने मारते हैं। मुहल्ले वाले प्रलोभन देते हैं ऐसी भयङ्कर स्थिति में यदि मनुष्य हृदय विचलित हो जाय तो क्या आश्चर्य!

बस इसी प्रकार व्यभिचार बढ़ता है, भ्रूण हत्याएं होती हैं। और गर्भ न गिरने पर कई रमणियों को विधर्मी बनना पड़ता है!

विधवा-विवाह इन्हीं सब अस्वाभाविक प्रथाओं का स्वाभाविक परिणाम है। जिसे हमें स्वीकार करना ही होगा। हमारी स्वीकृति न होने पर यह कुदरत की प्रेरणा से अपना मार्ग स्वयं बना लेगा।

विधवा-विवाह उसी हालत में असम्भव हो सकता है जब इन सब परिस्थितियों का संशोधन किया जाय। पुरुष भी स्त्रियों के पातिव्रत्य की तरह एक पत्नीव्रत को ग्रहण करें।

क्षात्र-धर्म

मानवी इतिहास का अध्ययन करने पर यह बात भली प्रकार मालूम होती है कि क्षात्र-धर्म पुरे[illegible] के साथ जागृत

रखने वाली जाति सदा स्वतन्त्र और स्वाधीन रही है। हमारे प्राचीन आर्य्य लोग इस सत्य सिद्धान्त को महत्ता ख़ूब अच्छी तरह जानते थे। इसलिए वे अपनी सन्तानों को शस्त्र और शास्त्र दोनों की शिक्षा देते थे।

पर आज हम लोग क्षात्र धर्म को भूल गये हैं। धन और मान के फेर में पड़ कर आज हम अपने भुजाओं के बल को बिलकुल खो बैठे हैं। आज हमारे समाज में लाठी चलाना, और कसरत करना गुण्डापन समझा जाता है। इसका परिणाम यह हुआ है कि आज हम अपनी रक्षा करने में बिलकुल असमर्थ हो गये हैं। आज पचास मुसलमान दो सौ हिन्दुओं को भगा देते हैं, इसका कारण क्या है? इसका कारण यही है कि हम लोग आज क्षात्र धर्म के महत्व को भूल गये हैं। इस बात को अधिक अर्सा नहीं हुआ है। महाराणा प्रताप के समय में हमारे में सब बातें नष्ट हो जाने पर भी क्षात्र धर्म मौजूद था, यद्यपि हमारी कलह प्रियता के कारण मुसलमान हम पर शासन करते थे तथापि हमारे लोहे से वे हमेशा भयभीत रहते थे। इस क्षात्र धर्म का महत्व हम अभी कुछ समय पूर्व ही, अंग्रेज़ी राज्य का प्रारम्भ होने पर, भूले हैं। अब भी हमें सम्हल जाना चाहिए, समय २ पर घटित होने वाले दङ्गों और घटनाओं से भी हमने शिक्षा न ली तो फिर हमारे बराबर मूर्ख और कौन होगा?

स्वामी सत्यदेव जी ने क्षात्रधर्म के प्रचार के लिए नीचे लिखी स्कीम बनाई है। इस पर ध्यान देना प्रत्येक भारतीय का कर्तव्य है:—

(१) नगर के प्रत्येक मुहल्ले में व्यायाम शालाएँ स्थापित हों और महीने में एक बार सारे नगर की टूर्नामेण्ट (दङ्गल) हो।

उस दङ्गल में शहर के सब अखाड़ों के प्रतिनिधि सम्मिलित हों। राष्ट्रीय त्यौहारों के अवसर पर दङ्गल जीतने वालों को पुरस्कार दिया जाय।

(२) राष्ट्रीय त्यौहारों पर खास करके जिले भर के दङ्गल हों। जनता में उत्साह बढ़ाने के लिए स्थानीय रुचि के अनुसार खेल खेले जाँय।

(३) शारीरिक व्यायाम के नये विदेशी ढङ्ग, जैसे मुक्के बाज़ी, जुजुत्सु आदि का प्रचार भी जनता में किया जाय। ताकि बल शाली सभ्य जातियों से हम पीछे न रहें।

(४) फ़ौजी कवायद सीखे हुए अनुभवी सिपाहियों को शिक्षक रखकर इक्कीस वर्ष से लेकर पचास वर्ष तक के हिन्दुओं को कवायद सिखाने का प्रबन्ध किया जाय ये लोग इस बात का व्रत करें कि हिन्दू स्त्रियों पर अत्याचार करने वाले [illegible] यथोचित दण्ड देंगे।

(५) प्रान्त भर के हिन्दुओं का दङ्गल विजयादशमी के अवसर पर होना उचित है। उसमें प्रान्त के हिन्दू नरेश उपस्थित होकर जनता को उत्साहित करें।

(६) अखिल भारतवर्षीय राष्ट्रीय महासभा जहाँ पर हो वहाँ सारे देश के हिन्दू खिलाड़ियों का दङ्गल होना चाहिए और उसी अवसर पर क्षात्र धर्म की महत्ता जनता को बतलाना चाहिए।

वह दिन तो भारत के लिए और भी अच्छा होगा जिस दिन यहाँ के पुरुष ही नहीं प्रत्युत स्त्रियाँ भी शस्त्र [illegible] (छुरा आदि चलाने में) निपुण होकर अपने पर अत्याचार करने वाले ज़ालिमों को हाथों हाथ उनका बदला चुकाने को कटिबद्ध हो जाँयगी!

आठवां अध्याय

आजकल के नये आविष्कार

धुआं उगलने वाले पिस्तौल—इस पिस्तौल से चोर पकड़ा जा सकता है। यह पिस्तौल आग लगने पर उसको बुझाने के भी काम में आता है। इस पिस्तौल की नली में अंगारजन वाष्प (Carbon Dioxide) भरा रहता है। जब पिस्तौल छोड़ा जाता है तब उसके मुँह से एक प्रकार का धुआं निकलने लगता है। इस धुएं से चोरों का दम घुटने लगता है। धीरे २ थोड़ी देर के पश्चात् धुआं कम होकर उसमें से एक प्रकाश निकलता है। जिससे चोर सहज ही में पकड़ा जा सकता है। पिस्तौल छोड़ने से छोड़ने वाले पर किसी प्रकार की आपत्ति नहीं आती।

सच बुलाने वाली औषधि—डा० डी० ई० हौस ने एक ऐसी दवा का आविष्कार किया है जिसे मनुष्य को खिला देने से वह झूंठी बात नहीं बोल सकता। हमेशा सत्य ही कहेगा। इस दवा का नाम Truth Serum है। जब इस दवा से किसी की परीक्षा करना होतो उस समय अपराधी को एक टेबल पर सुला दिया जाता है। इसके पश्चात् सुई से औषधि का प्रवेश कराया जाता है। इसका परिणाम यह होता है कि थोड़ी ही देर के बाद अपराधी को गहरी नींद आने लगती है और उस समय वह सब बातें सच २ कह देता है।

डाक्टर हौस कहते हैं कि जागृतावस्था में जो बात छिपी

उस दङ्गल में शहर के सब अखाड़ों के प्रतिनिधि सम्मिलित हों। राष्ट्रीय त्यौहारों के अवसर पर दङ्गल जीतने वालों को पुरस्कार दिया जाय।

(२) राष्ट्रीय त्यौहारों पर खास करके जिले भर के दङ्गल हों। जनता में उत्साह बढ़ाने के लिए स्थानीय रुचि के अनुसार खेल खेले जाँय।

(३) शारीरिक व्यायाम के नये विदेशी ढङ्ग, जैसे मुक्के बाजी, जुजुत्सु आदि का प्रचार भी जनता में किया जाय। ताकि बल शाली सभ्य जातियों से हम पीछे न रहें।

(४) फ़ौजी कवायद सीखे हुए अनुभवी सिपाहियों को शिक्षक रखकर इक्कीस वर्ष से लेकर पचास वर्ष तक के हिन्दुओं को कवायद सिखाने का प्रबन्ध किया जाय ये लोग इस बात का व्रत करें कि हिन्दू स्त्रियों पर अत्याचार करने वाले दुष्टों को यथोचित दण्ड देंगे।

(५) प्रान्त भर के हिन्दुओं का दङ्गल विजयादशमी के अवसर पर होना उचित है। उसमें प्रान्त के हिन्दू लीडर उपस्थित होकर जनता को उत्साहित करें।

(६) अखिल भारतवर्षीय राष्ट्रीय महासभा जहाँ पर हो वहाँ सारे देश के हिन्दू खिलाड़ियों का दङ्गल होना चाहिए। और उसी अवसर पर क्षात्र धर्म की महत्ता जनता को बतलाना चाहिए।

यह दिन तो भारत के लिए और भी अच्छा होगा जिस दिन यहाँ के पुरुष ही नहीं प्रत्युत स्त्रियाँ भी शस्त्र विद्या में (छुरा आदि चलाने में) निपुण होकर अपने पर अन्याचार करने वाले जालिमों को हाथों हाथ उनका बदला चुकाने को कटिबद्ध हो जाँयगी!

आठवां अध्याय

आजकल के नये आविष्कार

धुआं उगलने वाले पिस्तौल—इस पिस्तौल से चोर पकड़ा जा सकता है। यह पिस्तौल आग लगने पर उसको बुझाने के भी काम में आता है। इस पिस्तौल की नली में अंगारजन वाष्प (Carbon Dioxide) भरा रहता है। जब पिस्तौल छोड़ा जाता है तब उसके मुँह से एक प्रकार का धुआं निकलने लगता है। इस धुएं से चोरों का दम घुटने लगता है। धीरे २ थोड़ी देर के पश्चात् धुआं कम होकर उसमें से एक प्रकाश निकलता है। जिससे चोर सहज ही में पकड़ा जा सकता है। पिस्तौल छोड़ने से छोड़ने वाले पर किसी प्रकार की आपत्ति नहीं आती।

सच बुलाने वाली औषधि—डा० डी० ई० हौस ने एक ऐसी दवा का आविष्कार किया है जिसे मनुष्य को खिला देने से वह झूंठी बात नहीं बोल सकता। हमेशा सत्य ही कहेगा। इस दवा का नाम Truth Serum है। जब इस दवा से किसी की परीक्षा करना होतो उस समय अपराधी को एक टेबल पर सुला दिया जाता है। इसके पश्चात् सुई से औषधि का प्रवेश कराया जाता है। इसका परिणाम यह होता है कि थोड़ी ही देर के बाद अपराधी को गहरी नींद आने लगती है और उस समय वह सब बातें सच २ कह देता है।

डाक्टर हौस कहते हैं कि जाग्रतावस्था में जो बात छिपी

रहती है उसे यह दवा वास्तविक हालत में प्रगट करवाती है। एक बात को छिपाकर दूसरी बात करने की जो शक्ति मनुष्य में रहती है। वह इस स्थिति में लोप हो जाती है। इसीलिये इस अवस्था में जो जवाब मिलते हैं वे सत्य मिलते हैं।

आगे चलकर वे फिर कहते हैं कि इस औषधि के खाने से मनुष्य की दूसरी इन्द्रियां अवसन्न हो जाती हैं पर श्रवणेंद्रिय का लोप नहीं होता हैं। इसीलिये बेहोशी की हालत में यह सब सुन लेता है और जवाब देते समय झूंठी बात नहीं सोच सकता सच २ बातें बतला देता है।

रेडियो—हाल ही में यूरोप के अन्दर एक आविष्कार ! है। इस अविष्कार के यूरोप में बड़ी धूम मच गई है। कई र अपने साथ रेडियो को रखकर घूमते हुए संसार की ख सुन रहे हैं, कोई घर में बैठे हुए हज़ारों कोस दूरी पर व्याख्यान को सुन रहे हैं, कोई नाटक शाला के गाने सुन हैं कोई अपने पाठक से विद्या ध्ययन कर रहे हैं। आदि २ अ कोई भी बात रेडियों से सुन सकते हैं। यहाँ तक की कल में यदि आलपीन भी गिरे तो उसके गिरने के शब्द को रेडि द्वारा आप कहीं भी सुदुरवर्त्ती स्थान पर सुन सकते हैं। जि जगह का शब्द सुनना हो वहां पर एक रेडियो मशीन र दीजिए और उसी मेल की एक मशीन आप अपने पा रखिए। बस वहाँ के शब्द उधर की मशीन में प्रवेश करेंगे औ वे सब आपको मशीन द्वारा प्रतिमूर्त होंगे।

बिजली का झाड़ू—भारत वर्ष में झाड़ू देने की जो प्र प्रचलित है यह बड़ी हानि कारक है। इस प्रथा से झाड़ू देने वाले के नाक कान आदि स्थानों में धूल घुस जाती है। मकान में रक्खी हुई सब चीज़ों पर गर्दा ही गर्दा लग जाता है। इस

प्रकार की विपत्तियों को दूर करने के लिये विजली के झाड़ू का आविष्कार हुआ है। यह विजली की सहायता से सब धूल को साफ करता है इसमें प्रति घंटा ½ किलोवॅट विजली खर्च होती है। इस झाड़ू से झाड़ू देने में फायदा यह है कि न तो धूल उड़ने ही पाती है और न फ़र्श पर धूल का कण ही रहता है। इस झाड़ू में एक पानी भर कर रखने का भी बर्तन रहता है जिससे वक्त पड़ने पर फर्श धुल भी सकती है।

भोजन बनाने की मशीनें—अमेरिका में हर एक काम विजली से होता है जैसे, गरम पानी करना, दूध गरम करना आदि। यहाँ आटा गूँधने, आलू उबालने, छिलके उतारने, बर्तन मलने, बरफ जमाने, आदि हर एक काम के लिये अलग अलग मशीनें हैं और उन्हीं से भोजन बनता है। इन मशीनों से काम भी बहुत शीघ्रता से होता है।

धूल भक्षक गाड़ी—न्यूयार्क (अमेरिका) में एक नई मोटर गाड़ी चली है साधारण जब मोटरगाड़ियाँ रास्ते में चलती हैं तब उनसे धूल उड़ती है पर इस मोटरगाड़ी से धूल बिलकुल नहीं उड़ती। यह गाड़ी उस गर्द को अपने भीतर भर लेती है धूल गाड़ी के भीतर रहकर जब विशुद्ध हो जाती है तब वापस उसे छोड़ देती है। जिससे राहगीर लोगों को तकलीफ नहीं होती।

चलता हुआ रास्ता—यह आविष्कार अमेरिका में हुआ है। यहाँ के लोगों को चलने के लिये कष्ट नहीं उठाना पड़ता। उनके घर के पास ही से फुट पाथ जाता है। जानेवाले चार फुटपाथ रहते हैं। पहला पाथ नहीं चलता। दूसरा तीन मील की चाल से चलता है। तीसरा ६ मील प्रति घंटे की चाल से और चौथा ९ मील प्रति घंटे की चाल से चलता है। मान लीजिए यदि आप को कहीं जाना है तो पहले आप को पाथ

नहीं चलता उसपर खड़े हो जाइये फिर धं
जाने वाले पाथपर चले जाइये। यदि आप
हो तो आप छ मील की चाल से जानेवाले प
यदि इससे भी तेज जाना हो तो आप ३ मील
चले जाइये। वहाँ बैठने के लिये कुर्सी वगैरह
इन फुट पाथों पर होकर जाने में किसी भी प्र
नहीं होता और न टकर होने का ही डर होता

बोलनेवाला अखबार—यह तो आप जानते
अमूल्य है इसको वृथा न खोना चाहिये। अमेरि
व्यर्थ बिलकुल नहीं खोते। यहाँ तक कि कई
कठिन काम को आसान कर लेते हैं। हाल ही
ऐसा यंत्र निकला है जिसे अखबार के पेज में र
देने से वह आपही आप शब्दों का उच्चारण क
एक ही समय में उस बात को कई लोग सुन लेत

जल थल की गाड़ी—इसका आविष्कार लड़ाई
था क्योंकि वहाँ न मालूम किस समय न मालूम
जाना पड़े। इस गाड़ी में तोपें भी रहती हैं। यह
छोटे पहाड़, जल, और जमीन पर आसानी से ज
इसको वहाँ जाने में किसी प्रकार का नुकसान न

कृत्रिम वर्षा का यन्त्र—हमारे देश भारतवर्ष
वर्षा के न होने से फसलें बिगड़ जाती हैं। पर प
में देखा नहीं है। यदि वहाँ पानी न बरसे या कम
तो वे उसे अपनी फसल के अनुकूल बना लेते हैं
का आविष्कार डा० पार्लिन पेन म.ए और मि० फॅग
किया है। यह आविष्कार दो वायुयानों की सहायता
है। एक वायुयान के नीचे बर्फ़ांक्स पेट्रोलियम मार मा

उपन्यास

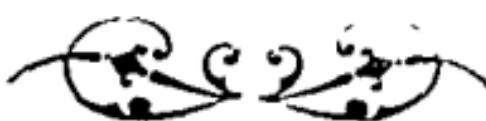
गोरा (रवीन्द्रनाथ) रागिणी (वामन मल्हाराव जोशी) बलिदान (विकृर ह्यगो) अहङ्कार (अनाटोल फ्रान्स) प्रेमाश्रम (प्रेमचन्द) रंगभूमि (प्रेमचन्द) आंख की किरकिरी (रवीन्द्र नाथ) प्रतिभा (अविनाश चन्द्र) अन्नपूर्णा का मन्दिर (निरुपमा देवी) शान्तिकुटीर।

नाटक

द्विजेन्द्र ग्रन्थावली। (इसमें सब मिला कर चौदह नाटक हैं हिन्दी ग्रन्थ रत्नाकर बम्बई से प्रकाशित हुए हैं) अञ्जना (सुदर्शन) महात्मा ईसा (बेचन शर्मा) सम्राट् अशोक, सिद्धार्थ कुमार। (महावीर ग्रन्थ प्रकाश मन्दिर)

गल्पें

फूलों का गुच्छा (हिन्दी ग्रन्थ रत्नाकर), पुष्पहार (सुदर्शन) तीन रत्न (महात्मागांधी) प्रेमप्रसून (प्रेमचन्द) प्रेम पूर्णिमा (प्रेमचन्द) नवनिधि (प्रेम चन्द)

ये सब ग्रन्थ किसी भी बड़ी एजन्सी में मिल सकते हैं।

ग्यारहवां अध्याय

काव्य वाटिका

प्रार्थना

सुनते हैं आ रहे हो, आजाओ नाथ आजाओ।
गोपाल बन के आओ, लीला नई दिखाओ,
भक्तों को फिर रिझाओ, वन्सी मधुर बजाओ॥
बन करके कृष्ण यादव, गीता का गान गाओ।
सोये हुए जो हम हैं, आकर हमें जगाओ॥
हो कर के राम आओ, धन्वा औ बाण लेकर,
जो पाप बढ़ रहा है, आकर उसे मिटाओ।
जो बुद्ध बन के आओ, निर्वाण पद बताओ,
अरहन्त बनो जो स्वामी, हिंसा हनन मिटाओ।
ईसा बनोगे जब तुम, शिक्षा क्षमा की दोगे,
या बन करके फिर मुहम्मद भाईपना बताओ।
कन्फ्यूशस बनो तो दे दो शिक्षा पवित्रता की,
जो जरथोस्ट बन के आओ, वीणा मधुर बजाओ।
बन करके व्यास भगवन्, वेदों का ज्ञान दे दो,
विज्ञान, योग, दर्शन आकर हमें बताओ।
शंकर बनो जो स्वामी वेदान्त ही बता दो,
या आचार्य्य रामानुज हो भक्ति विषय सिखाओ।

कोई देश होके आओ, कोई वेष धर के आओ।
किसी नाम से कहाओ आजाओ नाथ आओ।
यह राग है उपासक सब भाँति से तुम्हारा
चाहे जो रूप धर के आओ, जल्दी पधार आओ॥

गुजराती प्रार्थना

अरे ओ देव देवो ना मनुष्यो ना गुरुजी ओ।
जहाँ ना धर्म ना व्यापक प्रभुजी झट पधारो ना॥
तमारी राह प्रेमे थी थया दरशन प्रजा जोती।
सुणाया शान्तिना वचनों गुरुजी झट पधारो ना॥
वधेला क्लेश कंकाशो शमायो आवना करया।
बताया प्रेम ना मंत्रो गुरु जी झट पधारो ना॥
जुदी जातो अने नातो गिणे बन्धु परस्पर ना।
सुणाया ऐक्य ना मन्त्रो गुरुजी झट पधारो ना॥
बनी ने प्रेम नी मूर्ति थया दर्शन सुशकिना।
अमूलो बोध दे देवा गुरु जी झट पधारो ना॥

विश्वबन्धुत्व

तू मेरा मैं तेरा प्रभुवर मैं तेरा तू मेरा। ।टेर॥
गली गली बहुतेरा हेरा मिला न तेरा डेरा॥ तू मेरा०॥
दीन दुखी कांधे पर कम्बल, मिला पड़ोसी मेरा।
तेरा रूप उसी में पाया गया वो मन का फेरा॥ तू मेरा०॥
भाई कह कर गले लगाया, अश्रु बिन्दु इक गेरा।
भाई में भगवान मिला है मिटा वो भ्रम का डेरा॥ तू मेरा०॥

\+ × + ×

जगत के देव दुखी समुदाय।
आशीर्वाद यही देते हैं शाप उन्हीं की हाय।
जो परलोक बनाना चाहे, कर ले एक उपाय॥
जप तप ध्यान योग के पहले दीनबन्धु बन जाय।
रोगी दुखी अपाहिज कोढ़ी को निज कण्ठ लगाय।
कर सेवा सब दुख हर लेवे, मीठे वचन सुनाय॥
जगत के देव दुखी समुदाय॥ "उग्र"

❀ ❀ ❀ ❀ ❀

प्रेम की माला हो संसार,
सुमन समान सुमन शोभित हों बँधे एकता तार।
त्रिभुवन देख मुग्ध हो जाये, परिमल पावन प्यार॥
कलह कुवास कठिन का छन में, हो जाये संहार।
मनमोहन हर्षित हों उसको करें कण्ठ का हार॥
दर्शन ही से पतित हृदय का हो जावे उद्धार। प्रेम की॰
"उग्र"

राष्ट्रीय प्रार्थना।

स्वाधीन—
स्वाधीन हमारी माता है—स्वाधीन। स्वा॰
कर त्रिशूल करवाल भुजा कर—
देख शत्रु का मद जाता झर।
निज पथ पर चलता-हर है यह विकट सिंह आसीन॥
आसीन—
आसीन हमारी माता है—स्वाधीन ! स्वा॰
उसका विकट ललाट प्रभामय—
लख कर दुष्ट सदा खाते भय !
हिमि-गिरि रत्न-मुकुट शोभित है जिसका सर्व प्राचीन।

प्राचीन—

प्राचीन हमारी माता है-स्वाधीन ! स्वा०
जलधि भ्रमर चुम्बित सरोज पद—
सतत प्रकृति सेवति विहीन मद !
जल निर्मलयुत-फलयुत फलयुत सब प्रकार दुःख हीन !

दुःख हीन—

दुःख हीन हमारी माता है-स्वाधीन ! स्वा०
विद्या-मय, गुण-मय, नय-मय सुत—
कर्मवीर निर्भय विवेक युत !
जिसकी शुचि-सन्तान, श्रेष्ठ-संसार और तल्लीन।

तल्लीन—

तल्लीन हमारी माता है स्वाधीन ! स्वा०

"उग्र"

❀ ❀ ❀ ❀

रूप पाया है वहाँ से तो लुटा देना यहाँ।
प्रेम की पुण्य मयी धार बहा देना यहाँ,
कण्ठ में स्वर जो चुरा लाये हो वीणा का भला॥
देख उत्कण्ठितों को हँस के सुना देना यहाँ,
आँख में तुमने भरे दल जो हैं कमलों के यहाँ।
भौंरे से मित्र जो मिल जाय दिखा देना यहाँ॥
हम को मालूम है रक्खे हो सुधा होठों में,
क्या करोगे उसे प्यासों को पिला देना यहाँ।

"उग्र"

मधुप ! फिर काह करोगे बोलो ।
अपनी हृदय ग्रन्थिको मेरे, सम्मुख हट तन खोलो ।
होकर मदोन्मत्त इस विधि से, व्यर्थ न वनमें डोलो ॥
अपनी मृदु गुंजार सुना कर, श्रवण सुधा रस घोलो ।
'कविपुष्कर' मम न्याय वचन को, नीति तुलापर तोलो ॥

❀ ❀ ❀ ❀ ❀

मधुप ! तुम हृदय कञ्ज में फंसे ।
नहीं छूट सकते इससे हो, गये यत्न से ग्रसे ।
अब तो क्षोभ बहुत दिन-संचित, एक बार सब नसे ॥
गुप्त तुम्हें रखती हूं कोई, देख न हम पर हंसे ।
'कविपुष्कर' रस लेने के हित, रहो यहीं तुम बसे ॥

❀ ❀ ❀ ❀ ❀

मधुप ! तुम एक बार उड़ जाओ ।
पुनः लौट मत आओ जब तक, प्रियका पता न पाओ ।
मेरी विनती मधुर गिरा से, उनको पहुँच सुनाओ ॥
मेरी दशा देख कर कुछ तो, दया हृदय में लाओ ।
'कविपुष्कर' तुम उत्तम कुल हो, मेरी विपति नसाओ ॥

❀ ❀ ❀ ❀ ❀

मधुप ! मुझको चाहिये सन्देश ।
सब प्रकार मैं पाल रही हूं, प्रियतम का आदेश ।
पर दर्शन के बिना हो रहा, अब तो कठिन कलेश ॥
उनके मन को मोह रहा है, वह निर्जीव विदेश ।
'कविपुष्कर' अब तुम्हीं सुनाओ, उनकी कथा विशेष ॥

❀ ❀ ❀ ❀ ❀

मधुप ! हो दूत सुनीति-निधान ।
जो अविकल सब समाचार को, आ कर सके प्रदान ।
सत्य प्रियता होना चहिये, उसमें कार्य प्रधान ॥
जो स्वार्थी बन कर मिथ्या का, तने न विविध वितान ।
'कवि पुष्कर' जो मृदुभाषी हो, जिसका वचन प्रमान ॥

❀ ❀ ❀ ❀ ❀

मधुप ! मैं उस थल पर जाऊँगी ।
रसिक राज के चरण रेणुका, चिन्ह जहाँ पाऊँगी ।
बार बार कर ध्यान उसी का, सादर शिर नाऊंगी ।
परिक्रमा कर पांच बार मैं, उनके गुण गाऊंगी ॥
'कविपुष्कर' बस आस पास में, वहीं कुटी छाऊँगी ॥

❀ ❀ ❀ ❀ ❀

(कविपुष्कर)